

Ementa do Refeitório

R18

Semana – 21 janeiro a 25 janeiro de 2019

Segunda-Feira (21-01-19)

Sopa: Nabiça

Prato: Douradinhos c/ arroz de grelos + salada de alface, tomate e milho

Prato Veg: *Esparquete vegetariano à bolonhesa + salada*

Sobremesa: Fruta da época



Terça-Feira (22-01-19)

Sopa: Alho francês

Prato: Perna de peru no forno c/ puré de batata + salada de alface, pepino e couve roxa

Prato Veg: *Lentilhas guisadas c/ cenoura, curgete e couve lombarda + salada*

Sobremesa: Fruta da época



Quarta-Feira (23-01-19)

Sopa: Caldo verde

Prato: Massa tricolor de atum c/ legumes + salada de alface, agrião e rúcula

Prato Veg: *Feijoada vegetariana + salada*

Sobremesa: Fruta da época



Quinta-Feira (24-01-19)

Sopa: Creme de abóbora

Prato: Chili (carne moída de porco e feijão vermelho) e arroz + salada de alface, pepino e cenoura

Prato Veg: *Grão-de-bico estufado c/ caril e batata + salada*

Sobremesa: Fruta da época



Sexta-Feira (25-01-19)

Sopa: Feijão c/ hortaliça

Prato: Abrótea estufada c/ batata cozida e couve flôr + salada de alface, beterraba e tomate

Prato Veg: *Jardineira de legumes + salada*

Sobremesa: Fruta da época



* A ementa pode ser sujeita a alterações

Responsável SASE

O subdiretor

Carlos Sousa



Data

15 de janeiro 2019