

Ementa do Refeitório

R27

Semana – 25 março a 29 março de 2019

Segunda-Feira (25-03-19)

Sopa: Lentilhas

Prato: Gratinado de peixe c/ macarronete e cogumelos + salada de alface, pepino e beterraba

Prato Veg: Salada de batata, curgete brócolos, cenoura e ervilhas + salada

Sobremesa: Fruta da época



Terça-Feira (26-03-19)

Sopa: Creme de espinafres

Prato: Hambúrguer de aves c/ arroz de grelos + salada de alface, tomate e rúcula

Prato Veg: Estufado de cogumelos c/ massa macarronete e jardineira de legumes + salada

Sobremesa: Fruta da época



Quarta-Feira (27-03-19)

Sopa: Canja c/ hortelã

Prato: Cação no forno c/ puré de beterraba e feijão verde + salada de alface, tomate e milho

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

Sobremesa: Fruta da época



Quinta-Feira (28-03-19)

Sopa: Agrião

Prato: Perna de porco estufada c/ legumes e arroz + salada de alface, tomate e couve roxa

Prato Veg: Mistura de legumes chineses, ervilhas e milho c/ esparguete + salada

Sobremesa: Fruta da época



Sexta-Feira (29-03-19)

Sopa: Creme de legumes

Prato: Meia desfeita de bacalhau (grão, ovo, cenoura) + salada de alface, pepino e tomate

Prato Veg: Salada de legumes (batata, ervilha, feijão verde e cenoura) c/ grão de bico

Sobremesa: Fruta da época



* A ementa pode ser sujeita a alterações

Responsável SASE

O subdiretor

Carlos Sousa

Quarteira

Data

19 de março 2019