

# Ementa do Refeitório

R10

Semana – 19 novembro a 23 novembro de 2018

## Segunda-Feira (19-11-18)

**Sopa:** Couve branca

**Prato:** Carne de vaca estufada (fatiada) c/ esparguete e ervilhas + salada de alface, pepino e agrião

**Prato Veg:** *Massa de favas c/ legumes (cenoura, couve e ervilhas) + salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



## Terça-Feira (20-11-18)

**Sopa:** Nabiça

**Prato:** Cação no forno c/ batata, brócolos + salada de tomate, cenoura e milho

**Prato Veg:** *Cogumelos e curgete no forno c/ arroz de cenoura + salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



## Quarta-Feira (21-11-18)

**Sopa:** Creme de cenoura

**Prato:** Arroz de aves + salada de alface, couve roxa e rúcula

**Prato Veg:** *Couve estufada c/ lentilhas e batata cozida + salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



## Quinta-Feira (22-11-18)

**Sopa:** Macedónia de legumes

**Prato:** Massinha de peixe + salada de alface, cenoura e beterraba

**Prato Veg:** *Grão de bico estufado com caril e massa fusili + salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



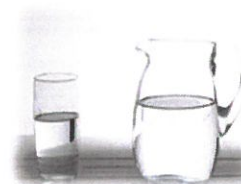
## Sexta-Feira (23-11-18)

**Sopa:** Espinafres

**Prato:** Empadão de carne + salada de alface, tomate e pepino

**Prato Veg:** *Feijoada vegetariana + salada*

**Sobremesa:** Fruta da época



\* A ementa pode ser sujeita a alterações



**Data**  
14 de novembro 2018