

## Ementa Refeitório Sec. Cinfães



Almoço

Almoço

### Segunda-feira 15/10/2018

**Sopa:** Sopa de feijão  
**Prato 1:** Bacalhau à Brás  
**Outros:** Salada  
**Sobremesa:** Fruta da época  
**Kcal Total:** 1127

### Terça-feira 16/10/2018

**Sopa:** Sopa de legumes  
**Prato 1:** DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO - Espetada de frango com arroz  
**Outros:** Salada  
**Sobremesa:** Fruta variada  
**Kcal Total:** 569

### Quarta-feira 17/10/2018

**Sopa:** Caldo verde  
**Prato 1:** Pá de porco assada com arroz  
**Outros:** Salada  
**Sobremesa:** Fruta da época  
**Kcal Total:** 897

### Quinta-feira 18/10/2018

**Sopa:** Creme de cenoura  
**Prato 1:** Salada russa com atum  
**Sobremesa:** Fruta da época  
**Kcal Total:** 715

### Sexta-feira 19/10/2018

**Sopa:** Sopa Juliana  
**Prato 1:** Feijoada  
**Sobremesa:** Fruta da época  
**Kcal Total:** 386