







# Ementa dos Refeitórios Escolares do Município de Santiago do Cacém





Semana de 26 a 30 de abril de 2021







## Segunda-feira

-  Sopa de feijão verde
  -  Nuggets de frango no forno com arroz branco
  -  Salada de alface, tomate e pepino
  -  Pudim flan ou fruta da época
- 420 a 574 kcal




## Terça-feira

-  Creme de abobora e ervilhas
  -  Saladinha de choco/lula com massa macarronete
  -  Salada de tomate, pepino e salsa
  -  Banana
- 420 a 574 kcal





## Quarta-feira

-  Sopa de couve lombarda
  -  Lombo (porco) no forno com batatinhas assadas/fritas
  -  Salada de alface, cenoura e tomate
  -  Maçã
- 420 a 574 kcal

## Quinta-feira

-  Creme de nabiça
  -  Pescada à primavera (pescada, batata, cenoura, ervilhas e tomate cozidos)
  -  Morangos ou fruta da época
- 420 a 574 kcal

## Sexta-feira

-  Sopa de legumes
  -  Carne picada (aves) com massa espiral
  -  Salada mista
  -  Laranja ou clementina
- 420 a 574 kcal



Todos os dias, são servidos pão de mistura e água à refeição.

Ementa sujeita a alterações caso se verifique algum imprevisto no fornecimento de produtos, no funcionamento dos equipamentos e/ou alterações de logística resultantes da situação pandémica.