

Ementa Refeitório Refeitório EB23 Galiza



Almoço
Refeição

Segunda-feira 07/05/2018

Sopa: Creme de cenoura
Prato 1: Atum com feijão frade (atum, batata, ovo e cenoura)
Outros: Beterraba, cenoura e tomate
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Terça-feira 08/05/2018

Sopa: Minestrone
Prato 1: Arroz de aves (peru e frango)
Outros: Alface, couve em juliana e milho
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Quarta-feira 09/05/2018

Sopa: Canja com massinhas
Prato 1: Pescada gratinada com ervas aromáticas, com batata e feijão verde cozidos
Outros: Alface, milho e tomate
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta assada

Quinta-feira 10/05/2018

Sopa: Macedónia de legumes
Prato 1: Perna de porco no forno com esparguete
Outros: Alface, beterraba e pepino
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Sexta-feira 11/05/2018

Sopa: Creme de alho francês com couve-flor
Prato 1: Carapau frito com arroz de feijão
Outros: Alface, cenoura e tomate
Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)/iogurte