

## Ementa Refeitório E.B.23 Galiza



### Almoço Refeição vegetariana

**Terça-feira** 11/06/2019

**Sopa:** Creme de vegetais  
**Prato 1:** Empadão de legumes  
**Outros:** Couve roxa, cenoura e tomate  
**Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

**Quarta-feira** 12/06/2019

**Sopa:** Abóbora c/ feijão verde  
**Prato 1:** Arroz de açafraão c/ ervilhas e milho  
**Outros:** Alface, beterraba e cenoura  
**Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

**Sexta-feira** 14/06/2019

**Sopa:** Caldo verde  
**Prato 1:** Estufada de cogumelos c/ tomate a arroz branco  
**Outros:** Alface, couve-roxa e tomate  
**Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)