

Ementa Refeitório Refeitório EB23 Galiza



Almoço
Refeição

Segunda-feira		01/10/2018
Sopa:	Creme de cenoura c/couve branca	
Prato 1:	Hambúrguer de vaca estufado com molho de cogumelos e massa espiral	
Outros:	Alface, couve roxa e pepino	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Terça-feira		02/10/2018
Sopa:	Abóbora c/massinhas	
Prato 1:	Salada russa com pescada (batata, cenoura, ervilhas)	
Outros:	Alface, milho e pepino	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Quarta-feira		03/10/2018
Sopa:	Legumes c/ervilhas	
Prato 1:	Feijoada à Portuguesa com arroz	
Outros:	Cenoura, couve-roxa e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Quinta-feira		04/10/2018
Sopa:	Feijão branco c/ espinafres	
Prato 1:	Badejo de tomatada com batatas e couve flor cozidas	
Outros:	Alface, beterraba e cenoura	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)/Pudim	