

Ementa Refeitório Refeitório EB23 Galiza



Almoço
Refeição

Segunda-feira		26/11/2018
Sopa:	Alho Francês com curgete	
Prato 1:	Hamburguer de aves no forno com arroz de cenoura e ervilhas	
Outros:	Couve roxa, pepino e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Terça-feira		27/11/2018
Sopa:	Portuguesa	
Prato 1:	Badejo de tomatada com batatas e couve flor cozidas	
Outros:	Alface, beterraba e milho	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta cozida	
Quarta-feira		28/11/2018
Sopa:	Juliana de legumes	
Prato 1:	Rancho	
Outros:	alface, cenoura e pimento	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Quinta-feira		29/11/2018
Sopa:	Creme de feijão verde	
Prato 1:	Lulas à Sevilhana com arroz de tomate	
Outros:	Couve roxa, cenoura e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)/Pudim	
Sexta-feira		30/11/2018
Sopa:	Feijão vermelho com couve lombarda	
Prato 1:	Almôndegas estufadas com esparguete e ervilhas	
Outros:	Alface, cenoura e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	