

## Ementa Refeitório Refeitório EB23 Galiza



### Almoço Refeição vegetariana

<b>Segunda-feira</b>		<b>03/12/2018</b>
<b>Sopa:</b>	Salvia	
<b>Prato 1:</b>	Salada de batata, curgete, bróculos, cenoura e ervilhas	
<b>Outros:</b>	Beterraba, cenoura e tomate	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época(min.3 variedades)	
<b>Terça-feira</b>		<b>04/12/2018</b>
<b>Sopa:</b>	Feijão branco com espinafres	
<b>Prato 1:</b>	Estufado de cogumelos com massa macarronete e jardineira de legumes	
<b>Outros:</b>	Cenoura, milho e tomate	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta cozida	
<b>Quarta-feira</b>		<b>05/12/2018</b>
<b>Sopa:</b>	Alho Francês com curgete	
<b>Prato 1:</b>	Favas guisadas c/ cenoura, curgete e couve lombarda	
<b>Outros:</b>	Alface, beterraba e pepino	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época(min.3 variedades)	
<b>Quinta-feira</b>		<b>06/12/2018</b>
<b>Sopa:</b>	Couve branca com cenoura ripada	
<b>Prato 1:</b>	Mistura de legumes Chineses, ervilhas e milho com esparguete	
<b>Outros:</b>	Alface, cenoura e couve roxa	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época(min.3 variedades)	
<b>Sexta-feira</b>		<b>07/12/2018</b>
<b>Sopa:</b>	Agrião	
<b>Prato 1:</b>	Feijão preto estufado com massa espiral e cenoura	
<b>Outros:</b>	Alface, milho e pimento	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época(min.3 variedades)	