

Ementa Refeitório Refeitório EB23 Galiza



Almoço Refeição vegetariana

Segunda-feira		05/11/2018
Sopa:	Juliana	
Prato 1:	Salada de feijão frade(feijão frade,batata, cenoura e rebentos de soja)	
Outros:	Alface, tomate e cenoura	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Terça-feira		06/11/2018
Sopa:	Feijão verde	
Prato 1:	Massa espiral c/legumes salteados	
Outros:	Cenoura, couve roxa e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Quarta-feira		07/11/2018
Sopa:	Lavrador	
Prato 1:	Feijoada de cogumelos com arroz branco	
Outros:	Alface, cenoura e milho	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta assada	
Quinta-feira		08/11/2018
Sopa:	Alho francês	
Prato 1:	Esparguete vegetariano á bolonhesa	
Outros:	Alface, pepino e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Sexta-feira		09/11/2018
Sopa:	Nabiça com feijão-frade	
Prato 1:	Arroz de lentilhas e cenoura	
Outros:	Alface, milho e beterraba	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	