

Ementa Refeitório Refeitório EB23 Galiza



Almoço Refeição vegetariana

Segunda-feira		12/11/2018
Sopa:	Macedónia de legumes	
Prato 1:	Mistura de vegetais estufados (cenoura,ervilha,feijão verde, couve flor e aipo) com massa fusilli)	
Outros:	Alface, couve roxa e milho	
Sobremesa:	Fruta da época	
Terça-feira		13/11/2018
Sopa:	Abóbora c/massinhas	
Prato 1:	Favas estufadas c/batata cozida	
Outros:	Pepino, tomate e couve juliana	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Quarta-feira		14/11/2018
Sopa:	Sopa de couve lombarda	
Prato 1:	Estufado de cogumelos com massa espiral e jardineira de legumes	
Outros:	Alface, cenoura e milho	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Quinta-feira		15/11/2018
Sopa:	Grão com cenoura e nabo	
Prato 1:	Lentilhas estufadas com cenoura, feijão verde e alho francês	
Outros:	Alface, couve-roxa e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta cozida	
Sexta-feira		16/11/2018
Sopa:	Alho francês	
Prato 1:	Arroz de feijão frade, bróculos e alho francês	
Outros:	Alface, cenoura e milho	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	