

M/Coimbra

Ementa Refeitório Refeitório EB23 Galiza



Almoço Refeição vegetariana

| | | |
|----------------------|---|-------------------|
| Segunda-feira | | 15/10/2018 |
| Sopa: | Alho francês c/curgete | |
| Prato 1: | Estufado de cogumelos c/tomate e arroz de milho | |
| Outros: | Alface, beterraba e pepino | |
| Sobremesa: | Fruta da época(min.3 variedades) | |
| Terça-feira | | 16/10/2018 |
| Sopa: | Creme de ervilhas e cenoura | |
| Prato 1: | Empadão de legumes (feijão verde e cenoura) c/grão de bico | |
| Outros: | Cenoura, milho e tomate | |
| Sobremesa: | Fruta da época(min.3 variedades) | |
| Quarta-feira | | 17/10/2018 |
| Sopa: | Couve branca | |
| Prato 1: | Favas guisadas c/ cenoura, curgete e couve lombarda | |
| Outros: | Alface, cenoura e curgete | |
| Sobremesa: | Fruta da época(min.3 variedades) | |
| Quinta-feira | | 18/10/2018 |
| Sopa: | Espinafres com cenoura | |
| Prato 1: | Esparguete c/ legumes chineses | |
| Outros: | Alface, cenoura e couve roxa | |
| Sobremesa: | Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta cozida | |
| Sexta-feira | | 19/10/2018 |
| Sopa: | Agrião | |
| Prato 1: | Estufado de grão de bico c/couve e cenoura | |
| Outros: | Tomate, alface e beterraba | |
| Sobremesa: | Fruta da época(min.3 variedades) | |