

Ementa Refeitório Refeitório EB23 Galiza



Almoço Refeição vegetariana

Segunda-feira		24/09/2018
Sopa:	Juliana	
Prato 1:	Arroz de cogumelos com ervilhas e cenoura	
Outros:	Alface, couve roxa e pepino	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta assada	
Terça-feira		25/09/2018
Sopa:	Espinafres	
Prato 1:	Salada de batata com grão-de-bico, couve lombarda e cenoura	
Outros:	Alface, milho e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Quarta-feira		26/09/2018
Sopa:	Feijão Verde	
Prato 1:	Lentilhas estufadas c/ cenoura, feijão verde e alho francês	
Outros:	Alface, pepino e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	
Quinta-feira		27/09/2018
Sopa:	Creme de ervilhas com couve flor	
Prato 1:	Salada de feijão frade, batata cenoura aos cubos e bróculos	
Outros:	Alface, cenoura e couve roxa	
Sobremesa:	Fruta	
Sexta-feira		28/09/2018
Sopa:	Lavrador	
Prato 1:	Feijoada de cogumelos com arroz branco	
Outros:	Alface, pepino e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época(min.3 variedades)	