

Ementa Refeitório E.B.23 Galiza



Almoço Refeição vegetariana

| | | |
|----------------------|---|-------------------|
| Segunda-feira | | 25/02/2019 |
| Sopa: | Juliana | |
| Prato 1: | Salada de feijão frade (Batata, cenoura e rebentos de soja) | |
| Outros: | Alface, tomate e cenoura | |
| Sobremesa: | Fruta da época (min. 3 variedades) | |
| Terça-feira | | 26/02/2019 |
| 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 | | 27/02/2019 |
| 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 | | 28/02/2019 |
| Sopa: | Alho francês | |
| Prato 1: | Esparquete vegetariana á bolonhesa | |
| Outros: | Alface, pepino e tomate | |
| Sobremesa: | Fruta da época (min. 3 variedades) | |
| Sexta-feira | | 01/03/2019 |
| Sopa: | Nabiça com feijão-frade | |
| Prato 1: | Arroz de lentilhas e cenoura | |
| Prato 2: | Arroz de lentilhas e cenoura | |
| Outros: | Alface, milho e beterraba | |
| Sobremesa: | Fruta da época (min. 3 variedades)/Fruta cozida | |