

Ementa Refeitório Refeitório EB23 Galiza



Almoço Refeição vegetariana

Segunda-feira		26/11/2018
Sopa:	Alho francês com curgete	
Prato 1:	Cogumelos estufados com arroz de cenoura e ervilhas	
Outros:	Couve roxa, pepino e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época (min.3 variedades)	
Terça-feira		27/11/2018
Sopa:	Portuguesa	
Prato 1:	Salada de feijão frade, batata, cenoura aos cubos e brócolos	
Outros:	Alface, beterraba e milho	
Sobremesa:	Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta cozida	
Quarta-feira		28/11/2018
Sopa:	Juliana de legumes	
Prato 1:	Rancho vegetariano	
Outros:	alface, cenoura e pimento	
Sobremesa:	Fruta da época (min.3 variedades)	
Quinta-feira		29/11/2018
Sopa:	Creme de feijão verde	
Prato 1:	Arroz de cogumelos com ervilhas e cenoura	
Outros:	Couve roxa, cenoura e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época (min.3 variedades)	
Sexta-feira		30/11/2018
Sopa:	Feijão vermelho com couve lombarda	
Prato 1:	Massa macarronete com estufado de legumes chineses	
Outros:	Alface, cenoura e tomate	
Sobremesa:	Fruta da época (min.3 variedades)	