



# Ementa E.B.23 Galiza

## Almoço Refeição vegetariana

09/03/2020 - Segunda-feira

Alergénicos

- Sopa:** Creme de cenoura com massinhas
- Prato 1:** Empadão de lentilhas e legumes com arroz
- Outros:** Alface, cenoura e tomate
- Sobremesa:** Fruta da época(min.3 variedades)

10/03/2020 - Terça-feira

Alergénicos

- Sopa:** Legumes com ervilhas
- Prato 1:** Almôndegas de vegetais com arroz
- Outros:** Couve-roxa, cenoura e tomate
- Sobremesa:** Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta assada

11/03/2020 - Quarta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Creme de abóbora com feijão verde
- Prato 1:** Salteado de grão e legumes com arroz de cenoura
- Outros:** Alface, Beterraba e cenoura
- Sobremesa:** Fruta da época(min.3 variedades)

12/03/2020 - Quinta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Puré de Legumes
- Prato 1:** Crepes de legumes com salada de feijão frade, batata e cenoura
- Outros:** Alface, couve-roxa e tomate
- Sobremesa:** Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta cozida

13/03/2020 - Sexta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Alho francês
- Prato 1:** Macarronete com estufado de legumes chineses
- Outros:** Alface, cenoura e milho
- Sobremesa:** Fruta da época(min.3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.