



Ementa E.B.23 Galiza

Almoço Refeição TakeWay Vegetariana



04/01/2021 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Creme cenoura

Prato 1: Legumes estufados com arroz

Sobremesa: Fruta/Gelatina

05/01/2021 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de legumes

Prato 1: Salada de Tofú com Legumes

Sobremesa: Fruta da época

06/01/2021 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme alho francês e cenoura

Prato 1: Arroz de seitan c/ervilhas,cenoura e milho

Sobremesa: Fruta da época

07/01/2021 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Grão de Bico com Grelos

Prato 1: Paelha Vegetariana (soja grossa,arroz, pimento, curgete,ervilhas e cenoura)

Sobremesa: Fruta da época/Maça assada

08/01/2021 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de legumes (couve-flor,curgette e cenoura)

Prato 1: Hamburguer de grão c/arroz de feijão e salada de alface e milho

Sobremesa: Fruta da época



Ementa E.B.23 Galiza

Almoço Refeição TakeWay Vegetariana



11/01/2021 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de feijão branco c/couve lombarda
Prato 1: Grão estufado c/courgette e batata cozida
Sobremesa: Fruta da época/Gelatina

12/01/2021 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de abóbora c/ervilhas
Prato 1: Wrap de Cogumelos, Espinafres e Milho com Arroz de cenoura
Sobremesa: Fruta da época

13/01/2021 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Grão de bico c/nabiças
Prato 1: Tofu estufado c/alho francês e cenoura ralada e batata assada
Sobremesa: Fruta da época

14/01/2021 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de couve portuguesa e cenoura
Prato 1: Estufado de lentilhas c/cogumelos, cenoura e feijão verde c/arroz branco
Sobremesa: Fruta da época

15/01/2021 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de grelos
Prato 1: Soja fina estufada c/legumes(courgette, cenoura e feijão verde) com arroz branco
Sobremesa: Fruta da época