



Ementa E.B.23 Galiza

Almoço Refeição Takeaway Vegetariana



19/07/2021 - Segunda-feira

Alergénicos

- Sopa:** Sopa de couve portuguesa e cenoura
- Prato 1:** Massa espiral c/legumes salteados (cenoura,beringela,milho e courgete) e tofu aos cubos
- Outros:** Couve-de-bruxelas, couve lombarda e feijão verde cozido
- Sobremesa:** Fruta da época

20/07/2021 - Terça-feira

Alergénicos

- Sopa:** Sopa de legumes (courgete, alho francês, cenoura e couve lombarda)
Legumes assados no forno
- Prato 1:** (grão,abóbora,courgete,beringela,cenoura e couve de bruxelas) com batata corada
- Outros:** Salada de alface, tomate e milho
- Sobremesa:** Fruta da época/Maça assada

21/07/2021 - Quarta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Sopa de feijão branco com abóbora
- Prato 1:** Wrap de Cogumelos, Espinafres e Milho e Ervilhas c/arroz
- Outros:** Espargos,couve penca e cenoura cozidos
- Sobremesa:** Fruta da época

22/07/2021 - Quinta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Creme de couve flor
- Prato 1:** Grão estufado c/legumes (alho francês,cenoura,courgete e feijão verde) e batata cozida
- Outros:** Salada de alface, beterraba e milho
- Sobremesa:** Fruta da época

23/07/2021 - Sexta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Creme de courgete/ Canja c/arroz (frango)
- Prato 1:** Favas estufadas c/couve lombarda e esparguete
- Outros:** Feijão-verde,couve flôr e cenoura cozida
- Sobremesa:** Fruta da época