

Ementa Vegetariana

Semana de 14/02/2022 a 18/02/2022

Segunda-feira

14/02/2022

Sopa: Creme de legumes

Prato: Arroz de cogumelos com legumes salteados

Salada: Cenoura, curgete e ervilhas

Sobremesa: Laranja, pêra e maçã /Fruta assada

Terça-feira

15/02/2022

Sopa: Espinafres

Prato: Massa à Lavrador vegetariana

Salada: Alface, couve-roxa e milho

Sobremesa: Maçã, banana e tangerina

Quarta-feira

16/02/2022

Sopa: Feijão-branco com couve lombarda

Prato: Estufado de soja e legumes com arroz de cenoura

Salada: Couve, brócolos e cenoura

Sobremesa: Pêra, kiwi e laranja

Quinta-feira

17/02/2022

Sopa: Creme de couve-flor e cenoura

Prato: Seitan guisado com massa esparguete

Salada: Tomate, beterraba e pepino

Sobremesa: Tangerina, maçã e banana

Sexta-feira

18/02/2022

Sopa: Macedónia de legumes

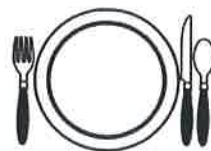
Prato: Feijão estufado com arroz de tomate

Salada: Tomate, pimento e curgete

Sobremesa: Pêra, kiwi e maçã

24/02/2022
Victor Ferraz

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES



Ementa Vegetariana

Semana de 21/02/2022 a 25/02/2022

Segunda-feira

21/02/2022

Sopa: Espinafres

Prato: Cogumelos gratinados com massa salteada

Salada: Alface, pepino e tomate

Sobremesa: Maçã, pêra e laranja

Terça-feira

22/02/2022

Sopa: Feijão-verde

Prato: Feijoada de legumes com arroz branco

Salada: Couve lombarda, cenoura e curgete

Sobremesa: Maçã, tangerina e kiwi /Fruta cozida

Quarta-feira

23/02/2022

Sopa: Saloia

Prato: Salada russa de lentilhas

Salada: Cenoura, ervilhas e feijão-verde

Sobremesa: Banana, maçã e pêra

Quinta-feira

24/02/2022

Sopa: Sopa da Horta

Prato: Estufado de grão-de-bico com massa espiral

Salada: Alface, couve – roxa e couve em juliana

Sobremesa: Pêra, tangerina e maçã

Sexta-feira

25/02/2022

Sopa: Creme de feijão-verde

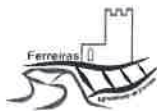
Prato: Mistura chinesa em molho de tomate com arroz branco

Salada: Beterraba, cenoura e tomate

Sobremesa: Laranja, pêra e banana

24/02/2022
Victoria Ferraz

EMENTA SUJEITA À ALTERAÇÕES



Ementa Vegetariana

Semana de 28/02/2022 a 04/03/2022

Segunda-feira

28/02/2022

Sopa: Abóbora com massinhas

Prato: Hambúguer de quinoa com arroz

Salada: Couve-roxa, alface e tomate

Sobremesa: Maçã, pêra e laranja

Terça-feira

01/03/2022

Carnaval



Quarta-feira

02/03/2022

Sopa: Espinafres

Prato: Soja estufada com arroz

Salada: Beterraba, couve-roxa e tomate

Sobremesa: Banana, maçã e pêra

Quinta-feira

03/03/2022

Sopa: Creme de ervilhas

Prato: Cogumelos estufados com tomate e massa

Salada: Feijão-verde, ervilhas e cenoura

Sobremesa: Pêra, tangerina e maçã

Sexta-feira

04/03/2022

Sopa: Creme de brócolos com feijão-branco

Prato: Arroz de ervilhas e rebentos de soja

Salada: Alface, couve-roxa e milho

Sobremesa: Laranja, pêra e banana /Fruta cozida

24/02/2022
Visto
Ferreiras

EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES