

Ementa Refeitório Refeitorio - EBNF



Almoço Refeição Alternativa

Segunda-feira 22/01/2018

Sopa:	Abóbora c/massinha
Prato 1:	Esparguete vegetariano à Bolonhesa
Prato 2:	Alface, milho e pepino
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da época

Terça-feira 23/01/2018

Sopa:	Sopa de Nabijas c/ Grão
Prato 1:	Favas guisadas com cenoura, curgete e couve lombarda
Prato 2:	Alface, tomate e cebola
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da época / Fruta cozida

Quarta-feira 24/01/2018

Sopa:	Creme de cenoura com couve branca
Prato 1:	Feijoada vegetariana
Alergenicos:	1-Glúten: Pode conter
Prato 2:	Alface, couve roxa e pepino
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da época

Quinta-feira 25/01/2018

Sopa:	Feijão branco com espinafres
Prato 1:	Grão-de-bico estufado com caril e batata
Prato 2:	Alface, beterraba e cenoura
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da época

Sexta-feira 26/01/2018

Sopa:	Legumes c/ ervilhas
Prato 1:	Jardineira de legumes
Prato 2:	Cenoura, couve roxa e tomate
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da época

Ementa Refeitório Refeitorio - EBNF



Almoço Refeição

Segunda-feira

22/01/2018

Sopa:	Abóbora com massinhas
Prato 1:	Hambúrguer de vaca estufado c/molho de cogumelos e massa espiral
Prato 2:	Alface, ervilhas e pimento
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Terça-feira

23/01/2018

Sopa:	Sopa de Feijão c/ Nabiça
Prato 1:	Filetes de paloco gratinados c/ ervas aromáticas c/ batata, cenoura e feijão verde
Prato 2:	Alface, pimento e tomate
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época / Fruta cozida

Quarta-feira

24/01/2018

Sopa:	Creme de cenoura com couve branca
Prato 1:	Feijoada á portuguesa c/ arroz branco
Prato 2:	Alface, couve roxa e pepino
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Quinta-feira

25/01/2018

Sopa:	Feijão branco com espinafres
Prato 1:	Badejo de tomatada c/batata e couve-flor cozidas
Prato 2:	Alface, beterraba e cenoura
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Sexta-feira

26/01/2018

Sopa:	Legumes com ervilhas
Prato 1:	Bifes de frango panados no forno c/arroz de cenoura
Prato 2:	Salada courgette, couve roxa e tomate
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época