

Ementa Refeitório Refeitorio - EBNF



Almoço Refeição Alternativa

Segunda-feira 11/06/2018

Sopa:	Macedónia de legumes
Prato 1:	Mistura de vegetais estufados (cenoura, ervilha, feijão verde, couve-flor e aipo) com massa fusilli
Prato 2:	Alface, couve roxa e milho
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Terça-feira 12/06/2018

Sopa:	Abóbora c/massinha
Prato 1:	Favas estufadas com batata cozida
Prato 2:	Pepino, tomate e couve juliana
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Quarta-feira 13/06/2018

Sopa:	Sopa de Couve Lombarda
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Prato 1:	Estufado de cogumelos com massa espiral e jardineira de legumes
Prato 2:	Alface, cenoura e milho
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Quinta-feira 14/06/2018

Sopa:	Grão com cenoura e nabo
Prato 1:	Lentilhas estufadas com cenoura, feijão verde e alho francês
Prato 2:	Alface, couve roxa e tomate
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época / Fruta cozida

Sexta-feira 15/06/2018

Sopa:	Alho Francês
Prato 1:	Arroz de feijão frade, brócolos e alho francês
Prato 2:	Alface, cenoura e milho
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Ementa Refeitório Refeitorio - EBNF



Almoço Refeição

Segunda-feira 11/06/2018

Sopa:	Macedónia de legumes
Prato 1:	Empadão de carne (vaca,e porco) c/arroz
Prato 2:	Alface, couve roxa e milho
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época / Arroz doce

Terça-feira 12/06/2018

Sopa:	Abóbora com massinhas
Prato 1:	Badejo estufado c/batata cozida
Prato 2:	Pepino, tomate e couve juliana
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época/gelatina

Quarta-feira 13/06/2018

Sopa:	Sopa de Couve Lombarda
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Prato 1:	Peru estufado c/arroz de legumes
Prato 2:	Alface, cenoura e milho
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Quinta-feira 14/06/2018

Sopa:	Grão com cenoura e nabo
Prato 1:	Massada de Peixe
Prato 2:	Alface, couve roxa e tomate
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época / Fruta cozida

Sexta-feira 15/06/2018

Sopa:	Alho Francês
Prato 1:	Arroz de carnes
Prato 2:	Alface, cenoura e milho
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época