

Ementa Refeitório Refeitorio - ESPJAL



Almoço Refeição

Segunda-feira 22/01/2018

Sopa:	Creme de Legumes
Prato 1:	Panados de frango c/massa tricolor
Prato 2:	Salada Mista
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da época

Terça-feira 23/01/2018

Sopa:	Grão c/couve lombarda
Prato 1:	Arroz de Atum com ovo no Forno
Prato 2:	Salada de Alface
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da época

Quarta-feira 24/01/2018

Sopa:	Nabos
Prato 1:	Feijoada à Transmontana c/ Arroz Branco
Prato 2:	Salada Mista
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta ou Doce

Quinta-feira 25/01/2018

Sopa:	Couve Portuguesa
Prato 1:	Bacalhau Espiritual
Prato 2:	Salada Mista
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da época

Sexta-feira 26/01/2018

Sopa:	Caldo Verde
Prato 1:	Rolo de Carne C/ Massa Cortada e Leg.Salteados
Prato 2:	Salada de Alface
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da época

Ementa Refeitório Refeitorio - ESPJAL



Almoço Refeição Alternativa

Segunda-feira

22/01/2018

Sopa:	Sopa de creme de legumes
Alergenicos:	1-Glúten: Pode conter
Prato 1:	Rosti c/puré de ervilhas
Alergenicos:	1-Glúten: Pode conter, 7-Leite: Pode conter
Prato 2:	Salada Mista
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Terça-feira

23/01/2018

Sopa:	Sopa de Lombardo c/grão
Alergenicos:	1-Glúten: Pode conter
Prato 1:	Ratatouile com batata doce
Alergenicos:	1-Glúten: Pode conter
Prato 2:	Salada Mista
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Quarta-feira

24/01/2018

Sopa:	Sopa de Nabos
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Prato 1:	Feijoada vegetariana
Alergenicos:	1-Glúten: Pode conter
Prato 2:	Salada Mista
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Doce/Fruta
Alergenicos:	1-Glúten: Pode conter, 7-Leite: Pode conter

Quinta-feira

25/01/2018

Sopa:	Sopa de Couve Portuguesa
Alergenicos:	1-Glúten: Pode conter
Prato 1:	Hamburguer Vegetariano c/batatas e cogumelos
Alergenicos:	1-Glúten: Pode conter
Prato 2:	Salada Mista
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época

Sexta-feira

26/01/2018

Sopa:	Sopa de caldo verde
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Prato 1:	Massa cortada com feijão preto
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Prato 2:	Salada Mista
Outros:	Pão de mistura
Alergenicos:	1-Glúten: Contém
Sobremesa:	Fruta da época