

Ementa Refeitório Refeitorio - EBNF



Almoço Refeição

Segunda-feira

22/10/2018

Sopa: Alho francês c/courgette
Prato 1: Massada de Peixe
Prato 2: Alface, tomate e pepino
Outros: Pão de mistura
Alergénicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época / Fruta cozida

Terça-feira

23/10/2018

Sopa: Feijão verde
Prato 1: Strogonoff misto (vaca e porco) c/arroz
Prato 2: Cenoura, couve roxa e tomate
Outros: Pão de mistura
Alergénicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época

Quarta-feira

24/10/2018

Sopa: Camponesa
Prato 1: Filetes de pescada no forno c/ macedónia de legume
Prato 2: Milho, pimento e tomate
Outros: Pão de mistura
Alergénicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época

Quinta-feira

25/10/2018

Sopa: Juliana
Prato 1: Rolo de carne c/molho de tomate e massa espiral
Prato 2: Alface, cenoura e milho
Outros: Pão de mistura
Alergénicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época

Sexta-feira

26/10/2018

Sopa: Grão c/couve lombarda
Prato 1: Badejo gratinado c/batata assada/cozida c/brócolos
Prato 2: Alface, beterraba e milho
Outros: Pão de mistura
Alergénicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época/gelatina

Ementa Refeitório Refeitorio - EBNF



Almoço Refeição Alternativa

Segunda-feira

22/10/2018

Sopa: Alho francês c/courgette
Prato 1: Massa macarronete com estufado de legumes chineses
Prato 2: Alface, tomate e pepino
Outros: Pão de mistura
Alergênicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época / Fruta cozida

Terça-feira

23/10/2018

Sopa: Feijão verde
Prato 1: Cogumelos estufados com arroz de cenoura e ervilhas
Prato 2: Cenoura, repolho e tomate
Outros: Pão de mistura
Alergênicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época

Quarta-feira

24/10/2018

Sopa: Camponesa
Prato 1: Chocos Estufados c/batatas
Prato 2: Milho, pimento e tomate
Outros: Pão de mistura
Alergênicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época

Quinta-feira

25/10/2018

Sopa: Juliana
Prato 1: Lentilhas estufadas com salada russa (batata, ervilha, feijão-verde e cenoura)
Prato 2: Alface, milho e tomate
Outros: Pão de mistura
Alergênicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época

Sexta-feira

26/10/2018

Sopa: Grão c/couve lombarda
Prato 1: Arroz de açafrao com ervilhas, rebentos de soja e cogumelos
Prato 2: Alface, beterraba e milho
Outros: Pão de mistura
Alergênicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da época