

Ementa Refeitório Refeitorio - ESPJAL



Almoço Refeição

Segunda-feira 01/10/2018

Sopa:	Creme de cenoura com couve branca
Prato 1:	Hamburguer de vaca estufado c/molho de cogumelos e massa espiral
Prato 2:	Alface, couve roxa e pepino
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da Época

Terça-feira 02/10/2018

Sopa:	Abóbora c/ massinhas
Prato 1:	Salada russa c/pescada (batata, cenoura, ervilhas, milho e ovo cozido em salmoura)
Prato 2:	Alface, milho e pepino
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da Época

Quarta-feira 03/10/2018

Sopa:	Legumes c/ ervilhas
Prato 1:	Feijoada á portuguesa c/ arroz
Prato 2:	Cenoura, couve roxa e tomate
Outros:	Pão de Mistura
Sobremesa:	Fruta da Época

Quinta-feira 04/10/2018

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

Ementa Refeitório Refeitorio - ESPJAL



Almoço Refeição Alternativa

Segunda-feira

01/10/2018

Sopa: Creme de cenoura com couve branca
Prato 1: Esparguete vegetariano à Bolonhesa
Prato 2: Alface, milho e pepino
Outros: Pão de mistura
Alergênicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da Época

Terça-feira

02/10/2018

Sopa: Abóbora c/ massinhas
Prato 1: Feijoada vegetariana
Prato 2: Alface, couve roxa e pepino
Outros: Pão de mistura
Alergênicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da Época

Quarta-feira

03/10/2018

Sopa: Legumes c/ ervilhas
Prato 1: Grão-de-bico estufado com caril e batata
Prato 2: Alface, beterraba e cenoura
Outros: Pão de mistura
Alergênicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da Época

Quinta-feira

04/10/2018

Sopa: Feijão branco c/ espinafres
Prato 1: Jardineira de legumes
Prato 2: Cenoura, couve roxa e tomate
Outros: Pão de mistura
Alergênicos: 1-Glúten: Contém

Sobremesa: Fruta da Época