



Ementa Vegetariana

4 a 8 de junho



2.ª feira

Sopa:	Creme de abóbora e couve flor
Prato:	Esparguete vegetariano
Salada:	Alface, tomate e pimento
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

3.ª feira

Sopa:	Alho francês com curgete
Prato:	Cogumelos estufados com tomate, arroz de feijão verde e cenoura
Salada:	Alface, cenoura ralada e milho
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

4.ª feira

Sopa:	Creme de legumes
Prato:	Massa guisada com ervilhas e rebentos de soja
Salada:	Alface, tomate e rabanete
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

5.ª feira

Sopa:	Caldo verde
Prato:	Meia desfeita de legumes
Salada:	Alface, cenoura ralada e beterraba
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

6.ª feira

Sopa:	Feijão branco com espinafres
Prato:	Feijão estufado com cubinhos de cenoura, feijão verde e arroz branco
Salada:	Alface, tomate e couve roxa
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)