



Ementa Vegetariana

12 a 16 de novembro



2.ª feira

Sopa:	Caldo verde
Prato:	Salada de grão de bico com legumes e nozes
Salada:	Alface, pepino e tomate
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

3.ª feira

Sopa:	Feijão vermelho com couve lombarda
Prato:	Cogumelos estufados com tomate e salada de batata
Salada:	Alface, couve roxa e rúcula
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

4.ª feira

Sopa:	Feijão verde
Prato:	Rancho vegetariano
Salada:	Alface, tomate e brócolos
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

5.ª feira

Sopa:	Creme de alho francês com cenoura e couve flor
Prato:	Arroz de lentilhas e feijão verde
Salada:	Alface, cenoura ralada e milho
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

6.ª feira

Sopa:	Couve branca
Prato:	Bifes de tofu com arroz de legumes
Salada:	Alface, tomate e couve flor
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)