



Ementa Vegetariana

21 a 25 de janeiro



2.ª feira

Sopa:	Abóbora com massinhas
Prato:	Esparguete vegetariano à bolonhesa
Salada:	Alface, milho e pepino
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

3.ª feira

Sopa:	Grão com nabijas
Prato:	Favas guisadas com cenoura, curgete e couve lombarda
Salada:	Alface, tomate e cenoura ralada
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

4.ª feira

Sopa:	Creme de cenoura com couve branca
Prato:	Feijoada vegetariana
Salada:	Alface, couve roxa e pepino
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

5.ª feira

Sopa:	Feijão branco com espinafres
Prato:	Grão de bico estufado com caril e batatas
Salada:	Alface, beterraba e cenoura
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)

6.ª feira

Sopa:	Legumes com ervilhas
Prato:	Jardineira de legumes
Salada:	Cenoura, couve roxa e tomate
Sobremesa:	Fruta da época (1 de 3 variedades)