



EMENTA VEGETARIANA

Semana de 01 a 05 de Abril 2024

	ALMOÇO
Segunda-feira	Sopa de alho francês Ratatouille de vegetais assados no forno (beringela, curgete, cenoura, cebola, pimento e feijão branco) Esparguete cozido Cenoura ralada Fruta de época
Terça-feira	Creme de brócolos Bife de Portobello grelhado (ao alho e ervas) Arroz de ervilha Salada de tomate Fruta de época
Quarta-feira	Sopa de couve galega Grão de bico estufado c/batata, nabo, couve branca e cenoura (legumes incorporados) Fruta de época
Quinta-feira	Creme de abóbora Brás de alho francês e feijão vermelho (batata cozida ao cubo) Brócolos cozidos Fruta de época
Sexta-feira	Sopa de feijão-verde Seitan corado no forno c/molho de cogumelos Espirais coloridos c/curgete e milho doce Gelatina vegetal