

Ementa Vegetariana do Mês de Janeiro de 2021

Semana Dia	04 a 08 de janeiro	11 a 15 de janeiro	18 a 22 de janeiro	25 a 29 de janeiro
Segunda-Feira	Caldo verde Salteado de cogumelos e legumes com arroz de legumes e legumes salteados Fruta da época e aletria	Sopa de legumes Feijoada de legumes, arroz e legumes salteados Fruta da época	Sopa de legumes Misto de legumes salteados com massa fusilli e legumes salteados Fruta da época	Sopa de legumes Arroz à valenciana vegetariano e legumes salteados Fruta da época
Terça-Feira	Sopa de legumes Estufado de legumes com esparguete e legumes salteados Fruta da época	Creme de legumes Jardineira de legumes e legumes salteados Fruta da época	Caldo verde Feijão preto guisado com cenoura, arroz e legumes salteados Fruta da época	Creme de legumes Legumes salteados em azeite e alho com batata e legumes salteados Fruta da época e gelatina
Quarta-Feira	Creme de legumes Empadão de legumes e legumes salteados Fruta da época	Sopa de legumes Legumes à bolonhesa com esparguete e legumes salteados Fruta da época	Creme de legumes Caldeirada de legumes e batata e legumes salteados Fruta da época	Sopa de legumes Lentilhas estufadas com arroz de legumes e legumes salteados Fruta da época
Quinta-Feira	Sopa de legumes Grão-de-bico estufado com legumes, arroz e legumes salteados Fruta da época	Caldo verde Lentilhas estufadas com legumes, batata e legumes salteados Fruta da época	Sopa de legumes Massa guisada com feijão vermelho, legumes e legumes salteados Fruta da época	Caldo verde Salada de batata e legumes e legumes salteados Fruta da época
Sexta-Feira	Creme de legumes Legumes salteados em azeite e alho, com grão e batata e legumes salteados Fruta da época	Creme de legumes Favas guisadas com legumes, esparguete e legumes salteados Fruta da época	Creme de legumes Ervilhas guisadas com legumes, arroz e legumes salteados Fruta da época	Creme de legumes Rancho vegetariano e legumes salteados Fruta da época

Nota: A ficha técnica encontra-se arquivada para consulta no Refeitório e na Biblioteca.

Data: 10/12/2020

O Diretor:


Genésio António