

## Ementa vegetariana do mês de março de 2022

Semana Dia	02 a 04 de março	07 a 11 de março	14 a 18 de março	21 a 25 de março	28 a 31 de março
Segunda-Feira		Creme de legumes Arroz de milho e ervilhas e salada Fruta da época	Creme de legumes Jardineira de legumes com batata e salada Fruta da época	Caldo verde Rancho vegetariano e salada Fruta da época	Sopa de legumes Esparguete com guisado de grão-de-bico, feijão-verde, tomate e salada Fruta da época
Terça-Feira	INTERRUPÇÃO	Sopa de legumes Salada de batata e feijão com legumes e salada Fruta da época	Caldo verde Strogonoff de legumes com cogumelos, esparguete e salada Fruta da época	Creme de legumes Estufado de grão-de-bico com batata e salada Fruta da época e aletria	Caldo verde Legumes grelhados com arroz e salada Fruta da época
Quarta-Feira	Sopa de legumes Legumes salteados em azeite com broa, grão e batata e salada Fruta da época e aletria	Creme de legumes Feijão preto estufado com legumes, arroz e salada Fruta da época	Sopa de legumes Lentilhas estufadas com legumes, batata e salada Fruta da época	Sopa de legumes Ervilhas estufadas com cenoura, pimentos, esparguete e salada Fruta da época	Creme de legumes Legumes salteados com broa, batata e salada Fruta da época
Quinta-Feira	Caldo verde Arroz à valenciana vegetariano e salada Fruta da Época	Sopa de legumes Legumes à bolonhesa com esparguete e salada Fruta da época	Sopa de legumes Refogado de feijão com cogumelos e alho francês, arroz e salada Fruta da época	Creme de legumes Guisado de feijão vermelho e legumes com arroz e salada Fruta da época	Sopa de legumes Lasanha de legumes e salada Fruta da época
Sexta-Feira	Sopa de legumes Empadão de legumes e salada Fruta da época	Caldo verde Legumes salteados com batata e salada Fruta da época	Creme de legumes Caldeirada de legumes com batata e salada Fruta da época e aletria	Sopa de legumes Massa salteada com legumes e salada Fruta da época	

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

Data: 14/02/2022

O Diretor

*Fernando Manuel de Almeida*

