

EMENTA VEGETARIANA - A B R I L

• Semana de 6 a 10 de Abril •

Segunda-feira, 6 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã | Fruta da época

| | | |
|---------------|------------------|---------------------------------------|
| Almoço | Sopa | Sopa de nabo |
| | Prato | Massa com grão e legumes ¹ |
| | Legumes | Feijão verde e cenoura salteados |
| | Sobremesa | Fruta da época |

Lanche da tarde | Leite + pão de mistura com queijo^{1,7}

Terça-feira, 7 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã | Fruta da época

| | | |
|---------------|------------------|------------------------------|
| Almoço | Sopa | Creme de curgete |
| | Prato | Legumes salteados com batata |
| | Legumes | (Legumes salteados) |
| | Sobremesa | Fruta da época |

Lanche da tarde | Iogurte + pão de mistura com manteiga^{1,7}

Quarta-feira, 8 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã | Fruta da época

| | | |
|---------------|------------------|--------------------------------|
| Almoço | Sopa | Sopa de legumes |
| | Prato | Grão estufado com arroz branco |
| | Legumes | Brócolos |
| | Sobremesa | Fruta da época |

Lanche da tarde | Cereais integrais+leite^{1,7}

EMENTA VEGETARIANA - A B R I L

Quinta-feira, 9 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã Fruta da época

Almoço

Sopa Creme de ervilhas

Prato Massa salteada com ervilhas e cogumelos¹

Legumes Salada de tomate

Sobremesa Fruta da época

Lanche da tarde Iogurte + pão com manteiga ^{1,7}

Sexta-feira, 10 de abril

REFEIÇÃO

Lanche da manhã Fruta da época

Almoço

Sopa Creme de cenoura e alho francês

Prato Bife de seitan com batata corada^{1,6}

Legumes Salada de alface

Sobremesa Fruta da época

Lanche da tarde Fruta + Pão de mistura com queijo^{1,7}

EMENTA VEGETARIANA - A B R I L

• Semana de 13 a 17 de Abril •

Segunda-feira, 13 de abril

REFEIÇÃO

| | |
|------------------------|----------------|
| Lanche da manhã | Fruta da época |
|------------------------|----------------|

| | | |
|---------------|------------------|---|
| Almoço | Sopa | Sopa de agrião |
| | Prato | Grão com batata e ovo cozido ³ |
| | Legumes | Feijão verde cozido |
| | Sobremesa | Fruta da época |

| | |
|------------------------|--|
| Lanche da tarde | Fruta + pão de mistura com manteiga ^{1,7} |
|------------------------|--|

Terça-feira, 14 de abril

REFEIÇÃO

| | |
|------------------------|----------------|
| Lanche da manhã | Fruta da época |
|------------------------|----------------|

| | | |
|---------------|------------------|---------------------------------|
| Almoço | Sopa | Creme de abóbora |
| | Prato | Massada de legumes ¹ |
| | Legumes | Salada de alface |
| | Sobremesa | Fruta da época |

| | |
|------------------------|--|
| Lanche da tarde | iogurte + Pão de mistura com queijo ^{1,7} |
|------------------------|--|

Quarta-feira, 15 de abril

REFEIÇÃO

| | |
|------------------------|----------------|
| Lanche da manhã | Fruta da época |
|------------------------|----------------|

| | | |
|---------------|------------------|--|
| Almoço | Sopa | Creme de curgete |
| | Prato | Tofu no forno com arroz primavera ^{1,3,6} |
| | Legumes | Cogumelos salteados |
| | Sobremesa | Fruta da época |

| | |
|------------------------|--|
| Lanche da tarde | Leite + pão de mistura com manteiga ^{1,7} |
|------------------------|--|

EMENTA VEGETARIANA - A B R I L

Quinta-feira, 16 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|------------------------|--|---|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Juliana |
| | Prato | Tiras de soja estufadas com batata ^{1,6} |
| | Legumes | Salada de alface, cenoura e tomate |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Iogurte + Pão de mistura com queijo ^{1,7} | |

Sexta-feira, 17 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|------------------------|--|--|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Sopa de feijão verde |
| | Prato | Feijão branco com tomate e esparguete ¹ |
| | Legumes | Brócolos cozidos |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Cereais integrais+leite ^{1,7} | |

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

EMENTA VEGETARIANA - A B R I L

• Semana de 20 a 24 de Abril •

Segunda-feira, 20 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|-----------------|--|--------------------------------------|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Sopa de alho francês |
| | Prato | Soja estufada com arroz ⁶ |
| | Legumes | Feijão verde e cenoura salteados |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Fruta + Pão de mistura com queijo ^{1,7} | |

Terça-feira, 21 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|-----------------|--|---|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Creme de cenoura com espinafres |
| | Prato | Tofu à lagareiro com batata cozida ⁶ |
| | Legumes | Salada de alface e tomate |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Iogurte + pão de mistura com manteiga ^{1,7} | |

Quarta-feira, 22 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|-----------------|--|--|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Sopa de nabiças |
| | Prato | Massa com legumes estufados e lentilhas ¹ |
| | Legumes | Salada de alface, cenoura e milho |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Leite + pão de mistura com queijo ^{1,7} | |

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

EMENTA VEGETARIANA - A B R I L

Quinta-feira, 23 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|------------------------|---|------------------------------------|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Creme de alho francês e couve flor |
| | Prato | Ervilhas com arroz e cogumelos |
| | Legumes | Espinafres salteados |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | iogurte + pão de mistura com manteiga. ^{1,7} | |

Sexta-feira, 24 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|------------------------|--|--|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Sopa primavera |
| | Prato | Hambúrgueres vegetarianos com massa ^{1,6,8,11,12} |
| | Legumes | Salada de alface, cenoura e tomate |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Cereais integrais+leite ^{1,7} | |

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. A presente ementa pode estar sujeita a alterações.

EMENTA VEGETARIANA - A B R I L

● Semana de 27 de Abril a 1 de maio●

Segunda-feira, 27 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|-----------------|--|---|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Creme de legumes |
| | Prato | Massa com feijão e legumes ¹ |
| | Legumes | Salada de couve-roxa, pepino e cenoura |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Fruta + pão de mistura com manteiga ^{1,7} | |

Terça-feira, 28 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|-----------------|--|--------------------------------------|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Creme de ervilhas, curgete e abóbora |
| | Prato | Estufado de grão com batata cozida |
| | Legumes | Feijão-verde cozido |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Iogurte + Pão de mistura com queijo ^{1,7} | |

Quarta-feira, 29 de abril

REFEIÇÃO

| | | |
|-----------------|---|--|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Sopa de feijão branco com couve lombardo |
| | Prato | Seitan no forno com laranja ^{1,6} |
| | Legumes | Salada de cenoura, cebola e couve-roxa |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Leite + pão com manteiga ^{1,7} | |

EMENTA VEGETARIANA - A B R I L

Quinta-feira, 30 de abril

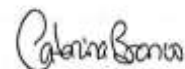
REFEIÇÃO

| | | |
|-----------------|--|---------------------------------------|
| Lanche da manhã | Fruta da época | |
| Almoço | Sopa | Creme de brócolos |
| | Prato | Arroz de lentilhas em molho de tomate |
| | Legumes | Espinafres salteados |
| | Sobremesa | Fruta da época |
| Lanche da tarde | Iogurte + Pão de mistura com queijo ^{1,7} | |

Sexta-feira, 1 de maio

FERIADO

EMENTA ELABORADA POR:

 N