

# Ementa Refeitório Refeitorio - EBNF



## Almoço Refeição

### Segunda-feira 01/10/2018

<b>Sopa:</b>	Creme de cenoura com couve branca
<b>Prato 1:</b>	Hamburguer de vaca estufado c/molho de cogumelos e massa espiral
<b>Prato 2:</b>	Alface, couve roxa e pepino
<b>Outros:</b>	Pão de Mistura
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época

### Terça-feira 02/10/2018

<b>Sopa:</b>	Abóbora c/ massinhas
<b>Prato 1:</b>	Salada russa c/pescada (batata, cenoura, ervilhas, milho e ovo cozido em salmoura)
<b>Prato 2:</b>	Alface, milho e pepino
<b>Outros:</b>	Pão de Mistura
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época

### Quarta-feira 03/10/2018

<b>Sopa:</b>	Legumes com ervilhas
<b>Prato 1:</b>	Feijoada á portuguesa c/ arroz
<b>Prato 2:</b>	Cenoura, couve roxa e tomate
<b>Outros:</b>	Pão de Mistura
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época

### Quinta-feira 04/10/2018

<b>Sopa:</b>	Feijão branco c/ espinafres
<b>Prato 1:</b>	Badejo de tomatada c/batata e couve-flor cozidas
<b>Prato 2:</b>	Alface, beterraba e cenoura
<b>Outros:</b>	Pão de Mistura
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época / Pudim

# Ementa Refeitório Refeitorio - EBNF



## Almoço Refeição Alternativa

### Segunda-feira

01/10/2018

**Sopa:** Creme de cenoura com couve branca  
**Prato 1:** Esparguete vegetariano à Bolonhesa  
**Prato 2:** Alface, milho e pepino  
**Outros:** Pão de mistura  
**Alergênicos:** 1-Glúten: **Contém**

**Sobremesa:** Fruta da época

### Terça-feira

02/10/2018

**Sopa:** Abóbora com massinhas  
**Prato 1:** Feijoada vegetariana  
**Alergênicos:** 1-Glúten: **Pode conter**

**Prato 2:** Alface, couve roxa e pepino  
**Outros:** Pão de mistura  
**Alergênicos:** 1-Glúten: **Contém**

**Sobremesa:** Fruta da época

### Quarta-feira

03/10/2018

**Sopa:** Legumes com ervilhas  
**Prato 1:** Grão-de-bico estufado com caril e batata  
**Prato 2:** Alface, beterraba e cenoura  
**Outros:** Pão de mistura  
**Alergênicos:** 1-Glúten: **Contém**

**Sobremesa:** Fruta da época

### Quinta-feira

04/10/2018

**Sopa:** Feijão branco com espinafres  
**Prato 1:** Jardineira de legumes  
**Alergênicos:** 1-Glúten: **Contém**

**Prato 2:** Cenoura, couve roxa e tomate  
**Outros:** Pão de mistura  
**Alergênicos:** 1-Glúten: **Contém**

**Sobremesa:** Fruta da época