

EMENTA VEGETARIANA

SETEMBRO 2019

SOPA					
PRATO					
SOBREMESA					
BEBIDA					
	16 SEGUNDA-FEIRA	17 TERÇA-FEIRA	18 QUARTA-FEIRA	19 QUINTA-FEIRA	20 SEXTA-FEIRA
SOPA	CENOURA	ALHO FRANCÊS E ERVILHAS	BRÓCOLOS	SALSA	ARROZ
PRATO	HAMBURGUER DE LEGUMES COM ARROZ E SALADA	GRÃO DE BICO COM SALADA RUSSA (GRÃO, CENOURA, ERVILHA, FEIJÃO VERDE)	ERVILHAS GUIADAS	EMPADÃO DE ARROZ COM FEIJÃO FRADE E MILHO	LASANHA DE SOJA E SALADA
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
BEBIDA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	23 SEGUNDA-FEIRA	24 TERÇA-FEIRA	25 QUARTA-FEIRA	26 QUINTA-FEIRA	27 SEXTA-FEIRA
SOPA	LEGUMES	TOMATE	CALDO VERDE	TOMATE	FAVA E REPOLHO
PRATO	CARBONARA DE ERVILHAS (ervilha, massa, milho)	FEIJOADA VEGETARIANA COM ARROZ	MASSADA DE FEIJÃO E LEGUMES (Massa, feijão, tomate, pimentos, milho)	FAVAS À JARDINEIRA (Favas, repolho, cenoura) e arroz.	CUSCUS COM LEGUMES SALTEADOS E GRÃO- DE-BICO
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA		FRUTA	FRUTA
BEBIDA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	30 SEGUNDA-FEIRA				
SOPA	FEIJÃO COM LEGUMES				
PRATO	ESTUFADO DE LENTILHAS (Lentilhas, tomate, cenoura, pimentão, coentros, cominhos) com arroz.				
SOBREMESA	FRUTA				
BEBIDA	ÁGUA				

Ementa sujeita a alterações.

* Todos os dias são servidos: Água como bebida, pão de mistura e salada com mais de 2 variedades

**A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 14Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas-

ASSINATURA DO CONSELHO EXECUTIVO:

EM VIGOR DE 16/09/2019 A 30/09/2019

