

Ementa Semanal de 03 a 07 de janeiro de 2022

Serviço Take away

Segunda- feira 03	Sopa	Grão-de-bico com espinafres
	Prato Mediterrânico	Maruca cozida com batata, cenoura e brócolos
	Prato Vegetariano	Salada de feijão-frade com batata, cenoura e brócolos
	Salada	Alface, tomate, pepino e cebola
	Fruta	Banana, pera e maçã

Terça- feira 04	Sopa	Creme de alho francês com cenoura
	Prato Mediterrânico	Bifes de peru grelhados com fusillis
	Prato Vegetariano	Salsichas de soja no forno com fusillis
	Salada	Couve roxa, tomate, cenoura e cebola
	Fruta	Pera, clementinas e Kiwi

Quarta- feira 05	Sopa	Creme de feijão com nabiça
	Prato Mediterrânico	Panados de pescada no forno com arroz de ervilha
	Prato Vegetariano	Hambúrguer de vegetais no forno com arroz de ervilha
	Salada	Alface, pepino, cenoura e cebola
	Fruta	Banana, kiwi e maçã

Quinta- feira 06	Sopa	Agrião com abóbora
	Prato Mediterrânico	Peito de frango de molho de tomate com esparguete
	Prato Vegetariano	Seitan de molho de tomate com esparguete
	Salada	Beterraba, couve roxa, milho e cebola
	Fruta / Sobremesa	Clementinas, pera e maçã

Sexta- feira 07	Sopa	Feijão vermelho com couve branca
	Prato Mediterrânico	Salada de atum com ovo, batata e macedónia
	Prato Vegetariano	Salada de macedónia com batata e curgete
	Salada	Alface, tomate, pepino e cebola
	Fruta	Banana, pera e clementinas

Nota: Esta EMENTA pode ser alterada por motivos imprevistos

