



EMENTA VEGETARIANA

Março 2018

				01 QUINTA-FEIRA	02 SEXTA-FEIRA
SOPA				GRÃO COM ESPINAFRE	TOMATE
PRATO				SALADA DE MASSA COM FEIJÃO-FRADE, MILHO E CENOURA	ALHO FRANCÊS À BRÁS
SOBREMESA				FRUTA	FRUTA
BEBIDA				ÁGUA	ÁGUA
	05 SEGUNDA-FEIRA	06 TERÇA-FEIRA	07 QUARTA-FEIRA	08 QUINTA-FEIRA	09 SEXTA-FEIRA
SOPA	ALHO FRANCÊS	FAVA	CALDO VERDE	CREME DE COUVE FLOR E GRÃO DE BICO	NABO COM CENOURA
PRATO	MASSADA DE FEIJÃO E LEGUMES	FAVAS À JARDINEIRA	SALADA DE BATATA E GRÃO-D-E BICO	CARBONARA DE ERVILHA (ervilha, massa e milho)	CUSCUS COM LEGUMES SALTEADOS E GRÃO- DE-BICO
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
BEBIDA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	12 SEGUNDA-FEIRA	13 TERÇA-FEIRA	14 QUARTA-FEIRA	15 QUINTA-FEIRA	16 SEXTA-FEIRA
SOPA	PURÉ DE ESPINAFRES	LEGUMES COM FEIJÃO	COUVE FLOR C/ ERVILHA E CENOURA RASPADA	CANJA	TOMATE COM CENOURA
PRATO	FEIJOADA VEGETARIANA COM ARROZ	HAMBURGUER VEGETARIANA COM ESPARGUETE E LEGUMES	LASANHA DE SOJA COM SALADA	GRÃO-DE-BICO COM SALADA RUSSA (grão, batata, cenoura, ervilha e feijão verde)	EMPADÃO DE ARROZ COM LENTILHAS
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
BEBIDA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	19 SEGUNDA-FEIRA	20 TERÇA-FEIRA	21 QUARTA-FEIRA	22 QUINTA-FEIRA	23 SEXTA-FEIRA
SOPA	COUVE LOMBARDA	SALSA E CENOURA	ERVILHA	LEGUMES	TOMATE
PRATO	ERVILHAS GUIADAS COM REPOLHO, CENOURA E BATATA	CARBONARA DE LEGUMES (Massa, feijão-frade, tomate, jardineira, milho)	SALADA DE FEIJÃO-FRADE (Feijão frade, batata, milho e cenoura)	ETROGONOFF DE SOJA COGUMELOS, CENOURA COM ARROZ	ESTUFADO DE LENTILHAS (lentilhas, tomate, cenoura, esparguete)
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
BEBIDA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA	ÁGUA
	26 SEGUNDA-FEIRA	27 TERÇA-FEIRA	28 QUARTA-FEIRA	29 QUINTA-FEIRA	
SOPA					
PRATO					
SOBREMESA					
BEBIDA					

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

