

Ementa Refeitório ES Viterbo



Almoço R Normal Viterbo

Segunda 24/09/2018

- Sopa:** Juliana
- Prato 1:** Empadão de cavala com arroz, ervilhas e cenoura
- Outros:** Alface, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

Terça 25/09/2018

- Sopa:** Espinafres
- Prato 1:** Carne de porco á Portuguesa
- Outros:** Alface, milho, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

Quarta 26/09/2018

- Sopa:** Grão de bico c/ feijão verde
- Prato 1:** Pescada no forno com arroz de cenoura
- Outros:** Alface, tomate, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

Quinta 27/09/2018

- Sopa:** Cenoura
- Prato 1:** Perú assado com esparguete e feijão verde
- Outros:** Alface, cenoura, couve roxa e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

Sexta 28/09/2018

- Sopa:** Creme de ervilhas com couve flor
- Prato 1:** Abrótea estufada com batata cozida
- Outros:** Alface, pepino, tomate e cebola

Ementa Refeitório ES Viterbo



Almoço R Vegetariana - Refeitório Vit

Segunda 24/09/2018

Sopa: Juliana

Prato 1: Empadão de lentilhas e legumes com Arroz

Outros: Alface, couve roxa, pepino e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

Terça 25/09/2018

Sopa: Espinafres

Prato 1: Soja à Portugues

Outros: Alface, milho, tomate e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Quarta 26/09/2018

Sopa: Grão de bico c/ feijão verde

Prato 1: Feijoada de cogumelos e arroz branco

Outros: Alface, tomate, couve roxa e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

Quinta 27/09/2018

Sopa: Cenoura

Prato 1: Esparguete de cogumelas e favas, com mistura de legumes

Outros: Alface, cenoura, couve roxa e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Sexta 28/09/2018

Sopa: Creme de ervilhas com couve flor

Prato 1: Estufado de grão com legumes e batata cozida

Outros: Alface, pepino, tomate e cebola

Ementa Refeitório ES Viterbo



Almoço R Normal Viterbo

Segunda 01/10/2018

Sopa: Abóbora com massinhas

Prato 1: Hamburguer grelhado com estufado de cogumelos e Arroz de cenoura

Outros: Alface, milho, pepino e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) / Aletria

Terça 02/10/2018

Sopa: Feijão com espinafres

Prato 1: Badejo de tomatada com batata e couve - flor cozidas

Outros: Alface, cenoura, beterraba e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) / Aletria

Quarta 03/10/2018

Sopa: Caldo verde

Prato 1: Frango estufado c/ Esparguete.

Outros: Cenoura, couve roxa, tomate e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Quinta 04/10/2018

Sopa: Lentilhas

Prato 1: Arroz de peixe(Abrótea) com coentros

Outros: Tomate, pepino, milho e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Ementa Refeitório ES Viterbo



Almoço R Vegetariana - Refeitório Vit

Segunda 01/10/2018

Sopa: Abóbora com massinhas

Prato 1: Hamburguer de aveia e lentilhas com batata assada/cozida

Outros: Alface, milho, pepino e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades) / Aletria

Terça 02/10/2018

Sopa: Feijão com espinafres

Prato 1: Salada de batata com grão e legumes(cenoura e couve coração)

Outros: Alface, cenoura, beterraba e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Quarta 03/10/2018

Sopa: Caldo verde

Prato 1: Soja em molho de tomate com esparguete

Outros: Cenoura, couve roxa, tomate e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)

Quinta 04/10/2018

Sopa: Lentilhas

Prato 1: Arroz de cogumelos com couve lombarda e feijão vermelho

Outros: Tomate, pepino, milho e cebola

Sobremesa: Fruta da época (min. 3 variedades)