

Ementa Refeitório São João do Estoril



Almoço
Refeição

Segunda-feira		27/05/2019
Sopa:	Espinafres	
Prato 1:	Empadão de arroz c/atum	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta	
Terça-feira		28/05/2019
Sopa:	Creme de legumes	
Prato 1:	Lombo porco assado c/puré batata	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta	
Quarta-feira		29/05/2019
Sopa:	Caldo verde	
Prato 1:	Douradinhos c/feijão frade	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta/ Salame	
Quinta-feira		30/05/2019
Sopa:	Feijão c/legumes	
Prato 1:	Entrecosto grelhado c/arroz branco	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta	
Sexta-feira		31/05/2019
Sopa:	Alho francês	
Prato 1:	Peixe grelhado c/batata e bróculos	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta	