



# Ementa Refeitório São João do Estoril



## Almoço Refeição vegetariana

<b>Segunda-feira</b>		<b>03/06/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Creme de cenoura	
<b>Prato 1:</b>	Esparguete vegetariano à bolonhesa	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta	
<b>Terça-feira</b>		<b>04/06/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Feijão Verde	
<b>Prato 1:</b>	Arroz primavera com cogumelos salteados	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta /Gelatina	
<b>Quarta-feira</b>		<b>05/06/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Agrião	
<b>Prato 1:</b>	Esparguete c/ legumes chineses	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta	
<b>Quinta-feira</b>		<b>06/06/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Espinafres	
<b>Prato 1:</b>	Salada russa	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta	
<b>Sexta-feira</b>		<b>07/06/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Juliana	
<b>Prato 1:</b>	Massa estufada c/cenouras,cogumelos e ervilhas	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta	