

## Ementa Refeitório São João do Estoril



### Almoço Refeição

<b>Segunda-feira</b>		<b>18/02/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Juliana de legumes	
<b>Prato 1:</b>	Carne à bolonhesa	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta	
<b>Terça-feira</b>		<b>19/02/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Feijão Verde	
<b>Prato 1:</b>	Medalhões pescada no forno c/puré batata	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta / Leite creme	
<b>Quarta-feira</b>		<b>20/02/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Caldo verde	
<b>Prato 1:</b>	Bifinhos de porco de cebolada c/massa espiral	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta	
<b>Quinta-feira</b>		<b>21/02/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Alho francês c/curgete	
<b>Prato 1:</b>	Arroz c/atum no forno	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta	
<b>Sexta-feira</b>		<b>22/02/2019</b>
<b>Sopa:</b>	Sopa de couve lombarda	
<b>Prato 1:</b>	Entrecosto grelh. c/batata no forno	
<b>Outros:</b>	Salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta	