

## Ementa Refeitório São João do Estoril



### Almoço Refeição vegetariana

#### Segunda-feira 04/02/2019

Sopa: Creme de abóbora com feijão verde  
Prato 1: Estufado de legumes c/massa  
Outros: Salada  
Sobremesa: Fruta

#### Terça-feira 05/02/2019

Sopa: Juliana  
Prato 1: Jardineira de legumes  
Outros: Salada  
Sobremesa: Fruta / Gelatina

#### Quarta-feira 06/02/2019

Sopa: Caldo verde  
Prato 1: Cogumelos com arroz e feijão  
Outros: Salada  
Sobremesa: Fruta

#### Quinta-feira 07/02/2019

Sopa: Espinafre c/feijão  
Prato 1: Empadão de legumes  
Outros: Salada  
Sobremesa: Fruta

#### Sexta-feira 08/02/2019

Sopa: Alho francês com cenoura  
Prato 1: Esparguete à Bolonhesa (ervilhas, cogumelos e soja)  
Outros: Salada  
Sobremesa: Fruta