

Ementa Refeitório Refeitório SJ Estoril



Almoço Refeição vegetariana

Segunda-feira		15/10/2018
Sopa:	Feijão c/hortaliça	
Prato 1:	Cogumelos estufados com arroz de cenoura e ervilhas	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta	
Terça-feira		16/10/2018
Sopa:	Creme de Tomate	
Prato 1:	Empadão de legumes (feijão verde e cenoura) c/grão de bico	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta	
Quarta-feira		17/10/2018
Sopa:	Caldo verde	
Prato 1:	Estufado de legumes c/massa	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta	
Quinta-feira		18/10/2018
Sopa:	Alho francês	
Prato 1:	Arroz de açafraão c/ervilhas, rebentos de soja e cogumelos	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta /Leite creme	
Sexta-feira		19/10/2018
Sopa:	Feijão verde	
Prato 1:	Salada grão bico c/legumes e nozes(cenoura,alho francês, cogumelos e tomate)	
Outros:	Salada	
Sobremesa:	Fruta	