

# Ementa Refeitório Refeitório SJ Estoril



## Almoço Refeição vegetariana

### Segunda-feira

17/09/2018

**Sopa:** Creme de cenoura  
**Prato 1:** Esparguete à bolonhesa  
**Outros:** Salada  
**Sobremesa:** Fruta

### Terça-feira

18/09/2018

**Sopa:** Feijão verde  
**Prato 1:** Arroz de ervilhas e cogumelos  
**Outros:** Salada  
**Sobremesa:** Fruta

### Quarta-feira

19/09/2018

**Sopa:** Lombardo  
**Prato 1:** Couscous com legumes/ vegetais  
**Outros:** Salada  
**Sobremesa:** Fruta

### Quinta-feira

20/09/2018

**Sopa:** Alho francês  
**Prato 1:** Salada mexicana (batata, feijão, ervilhas, cenoura e milho)  
**Outros:** Salada  
**Sobremesa:** Fruta/ Gelatina

### Sexta-feira

21/09/2018

**Sopa:** Feijão vermelho c/hortaliça  
**Prato 1:** Estufada de legumes com arroz  
**Outros:** Salada  
**Sobremesa:** Fruta