



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição vegetariana

09/03/2020 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de cenoura com massinhas

Prato 1: Empadão de lentilhas e legumes com arroz

Outros: Alface, cenoura e tomate

Sobremesa: Fruta da época(min.3 variedades)

10/03/2020 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Legumes c/ervilhas

Prato 1: Almôndegas de vegetais com arroz

Outros: Couve roxa, cenoura e tomate

Sobremesa: Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta assada

11/03/2020 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de abóbora com feijão verde

Prato 1: Salteado de grão e legumes com arroz de cenoura

Outros: Alface, Beterraba e cenoura

Sobremesa: Fruta da época(min.3 variedades)

12/03/2020 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Puré de Legumes

Prato 1: Crepes de legumes com salada de feijão frade, batata e cenoura

Outros: Alface, couve-roxa e tomate

Sobremesa: Fruta da época(min.3 variedades)/Fruta cozida

13/03/2020 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Alho francês

Prato 1: Macarronete com estufado de legumes chineses

Outros: Alface, cenoura e milho

Sobremesa: Fruta da época(min.3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.