



# Ementa São João do Estoril

## Almoço Refeição



23/03/2020 - Segunda-feira

Alergénicos

- Sopa:** Alho francês com cenoura
- Prato 1:** Hamburguer de aves c/arroz cenoura e ervilhas
- Outros:** Couve roxa, pepino e tomate
- Sobremesa:** Fruta da época (min.3 variedades)

24/03/2020 - Terça-feira

Alergénicos

- Sopa:** Portuguesa
- Prato 1:** Abrótea gratinada com batata, cenoura e feijão verde
- Outros:** Alface, beterraba e milho
- Sobremesa:** Fruta da época (min.3 variedades)/Fruta cozida

25/03/2020 - Quarta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Juliana
- Prato 1:** Arroz de carne à lavrador (carne de porco, frango, feijão, cenoura e couve lombarda)
- Outros:** Alface, cenoura e tomate
- Sobremesa:** Fruta da época (min.3 variedades)

26/03/2020 - Quinta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Horta
- Prato 1:** Massinha de peixe com coentros
- Outros:** Couve-roxa, cenoura e tomate
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / gelado

27/03/2020 - Sexta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Feijão verde
- Prato 1:** Croquetes de carne com arroz de legumes
- Outros:** Alface, cenoura e tomate
- 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.