



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição Takeaway Dieta



17/05/2021 Segunda-feira

Alergênicos

Sopa: Creme de Cenoura
Prato 1: Bife de Peru estufado ao natural com esparguete e feijão verde cozido
Sobremesa: Fruta da época

18/05/2021 Terça-feira

Alergênicos

Sopa: Sopa de Alface
Prato 1: Lombos de Pescada estufados ao natural com batata cozida e salada de alface, pepino e milho
Sobremesa: Fruta da época

19/05/2021 Quarta-feira

Alergênicos

Sopa: Creme de Juliana
Prato 1: Febras ao Natural com batata cozida e cenoura cozida
Sobremesa: Fruta da época

20/05/2021 Quinta-feira

Alergênicos

Sopa: Sopa de Macedónia (ervilhas, cenoura e feijão verde)
Prato 1: Maruca Cozida com batata cozida e feijão verde cozido
Sobremesa: Fruta da época /Pêra Cozida

21/05/2021 Sexta-feira

Alergênicos

Sopa: Sopa de Feijão catarino e couve lombarda
Prato 1: Bife de Frango grelhado com arroz de ervilhas
Sobremesa: Fruta da época



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição Takeaway Dieta



24/05/2021 Segunda-feira

Alergénicos

- Sopa:** Sopa de Cenoura
- Prato 1:** Lombo de Salmão ao natural com batata corada e feijão verde, ervilha e cenoura cozida
- Sobremesa:** Fruta da época

25/05/2021 - Terça-feira

Alergénicos

- Sopa:** Sopa de Legumes (couve lombarda e cenoura)
- Prato 1:** Pá de Porco assada ao natural com salada de alface, tomate e milho
- Sobremesa:** Fruta da época

26/05/2021 - Quarta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Sopa de Couve flor
- Prato 1:** Pescada Cozida com batata e cenoura cozida
- Sobremesa:** Fruta da época/Gelatina

27/05/2021 - Quinta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Sopa de Feijão branco e grelos
- Prato 1:** Perna de Frango cozida com arroz branco e cenoura cozida
- Sobremesa:** Fruta da época

28/05/2021 - Sexta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Creme de Alho francês
- Prato 1:** Pescada no Forno com batata cozida cenoura, brócolos e feijão verde cozido
- Sobremesa:** Fruta da época