



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição Vegeteriana

02/11/2020 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de feijão branco c/couve lombarda
Prato 1: Grão estufado c/courgette e batata cozida
Sobremesa: Fruta da época/Gelatina

03/11/2020 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de abóbora c/ervilhas
Prato 1: Wrap de cogumelos,espinafres e milho c/arroz de cenoura
Sobremesa: Fruta da época

04/11/2020 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de grão de bico c/nabiças
Prato 1: Tofu estufado c/alho francês e cenoura ralada e batata assada
Sobremesa: Fruta da época

05/11/2020 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de couve portuguesa e cenoura
Prato 1: Estufado de lentilhas c/cogumelos,cenoura e feijão verde c/arroz branco
Sobremesa: Fruta da época

06/11/2020 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de grelos
Prato 1: Soja fina estufada c/legumes(courgette,cenoura e feijão verde) com arroz branco
Sobremesa: Fruta da época