



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição Dieta



09/11/2020 - Segunda-feira

Sopa: Creme de cenoura
Prato 1: Bife de frango estufado ao natural c/espaguete e feijão verde cozido
Sobremesa: Fruta da época

Alergénicos

10/11/2020 - Terça-feira

Sopa: Sopa de grão de bico c/espinafres
Prato 1: Lombos de pescada estufados ao natural c/batata coz. e salada de alface e pepino
Sobremesa: Fruta da época

Alergénicos

11/11/2020 - Quarta-feira

Sopa: Caldo verde
Prato 1: Pá de porco assada ao natural c/espaguete e cenoura
Sobremesa: Fruta da época

Alergénicos

12/11/2020 - Quinta-feira

Sopa: Sopa de Macedónia (Ervilhas, Cenoura e Feijão Verde)
Prato 1: Maruca assada com arroz de ervilhas
Sobremesa: Fruta da época /Pêra Cozida

Alergénicos

13/11/2020 - Sexta-feira

Sopa: Sopa de Feijão Catarino e Couve Lombarda
Prato 1: Tirinhas de Vaca o natural com Macarrão
Sobremesa: Fruta da época

Alergénicos