



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição TakeWay Dieta



16/11/2020 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de cenoura

Prato 1: Pescada no forno c/batata cozida e feijão verde cozido

Sobremesa: Fruta da época

17/11/2020 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de feijão branco e grelos

Prato 1: Perna de frango cozida c/arroz branco e cenoura cozida

Sobremesa: Fruta da época/Gelatina

18/11/2020 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de alho francês

Prato 1: Salada de batata, cenoura e feijão verde c/lombo de pescada

Sobremesa: Fruta da época

19/11/2020 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de couve flor com grão

Prato 1: Febras estufadas simples c/arroz branco e lombardo

Sobremesa: Fruta da época

20/11/2020 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Juliana de legumes

Prato 1: Red-fish assado ao natural c/batata à padeiro e feijão verde cozido

Sobremesa: Fruta da época