



# Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição

23/11/2020 - Segunda-feira

Alergénicos

- Sopa:** Sopa de Bróculos
- Prato 1:** Peito de peru estufado em molho de tomate e macarrão e salada de alface e pepino
- Sobremesa:** Fruta da época

24/11/2020 - Terça-feira

Alergénicos

- Sopa:** Juliana de legumes
- Prato 1:** Pescada no forno c/molho de limão com arroz de legumes (ervilhas, cenoura e lombardo) e Salada de alface e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época

25/11/2020 - Quarta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Creme de abóbora
- Prato 1:** Jardineira de vitela c/couve flor cozida
- Sobremesa:** Fruta da época

26/11/2020 - Quinta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Creme de abóbora c/ervilhas
- Prato 1:** Salada de massa c/maruca com salada de alface e tomate (massinha espiral)
- Sobremesa:** Fruta da época/Maça cozida

27/11/2020 - Sexta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Sopa de feijão catarino e couve flôr
- Prato 1:** Perna de frango c/arroz branco e cenoura cozida
- Sobremesa:** Fruta da época