



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição Dieta



23/11/2020 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de Bróculos

Prato 1: Peito de peru estufado simples e macarrão c/feijão verde

Sobremesa: Fruta da época

24/11/2020 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Juliana de legumes

Prato 1: Pescada no forno ao natural c/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: Carne de vaca estufada ao natural c/batata coz. e couve flor cozida

Sobremesa: Fruta da época

26/11/2020 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de abóbora c/ervilhas

Prato 1: Maruca c/batata cozida e salada de alface e tomate

Sobremesa: Fruta da época/Maça cozida

27/11/2020 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de feijão catarino e couve flôr

Prato 1: Perna frango estufada ao natural c/arroz e cenoura cozida

Sobremesa: Fruta da época