



# Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição TakeWay



19/10/2020 - Segunda-feira

Alergénicos

**Sopa:** Sopa de cenoura

**Prato 1:** Lombo de salmão c/batata corada e feijão verde cozido

**Sobremesa:** Fruta da época

20/10/2020 - Terça-feira

Alergénicos

**Sopa:** Sopa de legumes (couve lombarda e cenoura)

**Prato 1:** Pá de Porco Assada com Arroz de legumes (lombardo e cenoura ripada)

**Sobremesa:** Fruta da época/Gelatina

21/10/2020 - Quarta-feira

Alergénicos

**Sopa:** Sopa de Couve flor

**Prato 1:** Macarronada de atum c/ovo cozido ralado e bróculos cozidos

**Sobremesa:** Fruta da época

22/10/2020 - Quinta-feira

Alergénicos

**Sopa:** Sopa de feijão branco e grelos

**Prato 1:** Empadão de vitela no forno (c/arroz) c/salada de alface e couve roxa

**Sobremesa:** Fruta da época

23/10/2020 - Sexta-feira

Alergénicos

**Sopa:** Creme de alho francês

**Prato 1:** Maruca de tomatada c/batata e cenoura cozida

**Sobremesa:** Fruta da época