



# Ementa São João do Estoril

## Almoço Refeição TakeWay



### 04/01/2021 - Segunda-feira

**Alergénicos**

- Sopa:** Creme ervilhas
- Prato 1:** Douradinhos c/arroz cenoura
- Sobremesa:** Fruta da época

### 05/01/2021 - Terça-feira

**Alergénicos**

- Sopa:** Feijão Verde
- Prato 1:** Strogonof de Vaca com Arroz
- Sobremesa:** Fruta da época

### 06/01/2021 - Quarta-feira

**Alergénicos**

- Sopa:** Creme alho francês e cenoura
- Prato 1:** Perna de borrego assada c/arroz branco c/salada de alface e tomate
- Sobremesa:** Fruta da época

### 07/01/2021 - Quinta-feira

**Alergénicos**

- Sopa:** Grão de Bico com Grelos
- Prato 1:** Saladinha da horta(batata,cenoura e feijão verde cozido)com lombo de salmão com ovo cozido.
- Sobremesa:** Fruta da época/Maça assada

### 08/01/2021 - Sexta-feira

**Alergénicos**

- Sopa:** Sopa de legumes (couve-flor,curgette e cenoura)
- Prato 1:** Carne de Vaca Estufada com Arroz de Feijão e Salada de Alface e Milho
- Sobremesa:** Fruta da época



# Ementa São João do Estoril

## Almoço Refeição TakeWay



**11/01/2021 - Segunda-feira**

**Alergénicos**

- Sopa:** Sopa de feijão branco c/couve lombarda
- Prato 1:** Pescada de Tomatada com Batata cozida e Feijão Verde cozido
- Sobremesa:** Fruta da época/Gelatina

**12/01/2021 - Terça-feira**

**Alergénicos**

- Sopa:** Creme de abóbora c/ervilhas
- Prato 1:** Coxa de peru estufada c/arroz cenoura e bróculos cozidos
- Sobremesa:** Fruta da época

**13/01/2021 - Quarta-feira**

**Alergénicos**

- Sopa:** Grão de bico c/nabiças
- Prato 1:** Bacalhau espiritual c/cenoura ripada
- Sobremesa:** Fruta da época

**14/01/2021 - Quinta-feira**

**Alergénicos**

- Sopa:** Sopa de couve portuguesa e cenoura
- Prato 1:** Arroz de pato tostado no forno c/salada de alface e tomate
- Sobremesa:** Fruta da época

**15/01/2021 - Sexta-feira**

**Alergénicos**

- Sopa:** Sopa de grelos
- Prato 1:** Salmão no forno c/arroz de ervilhas
- Sobremesa:** Fruta da época

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.