



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição TakeWay Vegetariana



04/01/2021 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Creme ervilhas
Prato 1: Legumes estufados com arroz
Sobremesa: Fruta da época

05/01/2021 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Feijão Verde
Prato 1: Salada de Tofú com Legumes
Sobremesa: Fruta da época

06/01/2021 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme alho francês e cenoura
Prato 1: Arroz de seitan c/ervilhas,cenoura e milho
Sobremesa: Fruta da época

07/01/2021 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Grão de Bico com Grelos
Prato 1: Paelha Vegetariana (soja grossa,arroz, pimento, curgete,ervilhas e cenoura)
Sobremesa: Fruta da época/Maça assada

08/01/2021 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de legumes (couve-flor,curgette e cenoura)
Prato 1: Hamburguer de grão c/arroz de feijão e salada de alface e milho
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



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição TakeWay Vegetariana



11/01/2021 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de feijão branco c/couve lombarda
Prato 1: Grão estufado c/courgette e batata cozida
Sobremesa: Fruta da época/Gelatina

12/01/2021 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de abóbora c/ervilhas
Prato 1: Wrap de Cogumelos, Espinafres e Milho com Arroz de cenoura
Sobremesa: Fruta da época

13/01/2021 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Grão de bico c/nabiças
Prato 1: Tofu estufado c/alho francês e cenoura ralada e batata assada
Sobremesa: Fruta da época

14/01/2021 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de couve portuguesa e cenoura
Prato 1: Estufado de lentilhas c/cogumelos, cenoura e feijão verde c/arroz branco
Sobremesa: Fruta da época

15/01/2021 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de grelos
Prato 1: Soja fina estufada c/legumes(courgette, cenoura e feijão verde) com arroz branco
Sobremesa: Fruta da época