



Ementa São João do Estoril

Almoço Refeição



12/10/2020 - Segunda-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de cenoura

Prato 1: Bife de frango estufado c/esparguete e feijão verde cozido

Sobremesa: Fruta da época

13/10/2020 - Terça-feira

Alergénicos

Sopa: Grão de bico com espinafres

Prato 1: Bolonhesa de atum c/salada de alface e tomate

Sobremesa: Fruta da época

14/10/2020 - Quarta-feira

Alergénicos

Sopa: Creme de Juliana

Prato 1: Coxa de Peru com Arroz e Couve flor cozida

Sobremesa: Fruta da época

15/10/2020 - Quinta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa de Macedónia (Ervilhas, Cenoura e Feijão Verde)

Prato 1: Arroz de peixe (Maruca) e salada de alface e tomate

Sobremesa: Fruta da época /Pêra Cozida

16/10/2020 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Sopa feijão catarino e couve lombarda

Prato 1: Bife de peru c/cogumelos e arroz de ervilhas

Sobremesa: Fruta da época