

Ementa do Refeitório D. Dinis

Semana – 10 a 14 de novembro de 2025

Segunda-Feira (10-11-2025)

Sopa: Couve branca c/ coentros.

Prato: Carne de porco á portuguesa c/ macarronete, salada de alface, tomate e pepino.

Prato Veg: Soja à portuguesa c/ macarronete, azeitonas, salsa e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (11-11-2025)

Sopa: Creme aveludado de castanhas c/ grão.

Prato: Bacalhau gratinado c/ legumes à S. Martinho (batata palha, bechamel), salada de alface, agrião e rabanete.

Prato Veg: Tofu gratinado c/ legumes à S. Martinho e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (12-11-2025)

Sopa: Feijão verde c/ cenoura.

Prato: Arroz de perú c/ chouriço, salada de alface, tomate e maçã.

Prato Veg: Arroz de grão c/ espinafre, abóbora, couve branca, curgete e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (13-11-2025)

Sopa: Curgete c/ alface.

Prato: Pescada à salaia c/ batata doce, ervilha, milho e ovo, salada de rúcula, beterraba e cenoura.

Prato Veg: Cogumelos à salaia c/ batata doce, ervilha, milho e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (14-11-2025)

Sopa: Beringela e nabo aos cubos.

Prato: Bife de vitela estufado c/ arroz de espinafre, salada de alface, pepino e tomate.

Prato Veg: Feijão encarnado estufado c/ ratatouille, arroz de espinafre e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

O Diretor
Dominique Nunes Palma
Quarteira

Data

07 de novembro de 2025