

Ementa do Refeitório D. Dinis

Semana – 27 a 31 de outubro de 2025

Segunda-Feira (27-10-2025)

Sopa: Legumes aos cubos c/ salsa.

Prato: Macarronete à D. Dinis (carne picada, molho de tomate), salada de alface, beterraba e pepino.

Prato Veg: Macarronete à D. Dinis (soja moída, molho de tomate) c/ cenoura, curgete e salada.

Sobremesa: Fruta da época



Terça-Feira (28-10-2025)

Sopa: Feijão verde.

Prato: Perca assada no forno c/ legumes, puré de batata c/ cenoura, salada de alface, tomate e maionese.

Prato Veg: Legumes chineses no forno e puré de batata c/ cenoura e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (29-10-2025)

Sopa: Chuchu c/ couve coração.

Prato: Bife de peru estufado c/ arroz de feijão preto, salada de alface, cenoura e pepino.

Prato Veg: Bife de tofu c/ limão e arroz de feijão preto c/ salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (30-10-2025)

Sopa: Grão c/ espinafre.

Prato: Massa de atum gratinada c/ alho francês e curgete, salada de alface, pimento e agrião.

Prato Veg: Cogumelos gratinados c/ alho francês, curgete, massa e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (31-10-2025)

Sopa: Alho francês c/ abóbora ralada.

Prato: Jardineira de vitela c/ salada de couve branca, beterraba e rúcula.

Prato Veg: Jardineira de vegetais c/ ervilha, batata e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS D. DINIS - LOBOS
O Diretor
Dominique Nunes Palma

Data

20 de outubro de 2025