

Ementa do Refeitório D. Dinis

Semana – 03 a 07 de novembro de 2025

Segunda-Feira (03-11-2025)

Sopa: Ervilhas.

Prato: Filete de corvina c/ arroz de legumes, salada de alface, cenoura e agrião.

Prato Veg: Seitan de cebolada c/ arroz de legumes e salada.

Sobremesa: Fruta da época



Terça-Feira (04-11-2025)

Sopa: Couve flôr.

Prato: Febras estufadas c/ esparguete, salada de alface, tomate e pepino.

Prato Veg: Soja estufada c/ beringela, feijão verde, abóbora e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (05-11-2025)

Sopa: Creme de legumes.

Prato: Douradinhos no forno c/ arroz de cenoura, salada de alface, beterraba e maçã.

Prato Veg: Douradinhos vegetarianos c/ arroz de cenoura e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (06-11-2025)

Sopa: Hortaliça.

Prato: Peito de frango guisado c/ lentilhas e espirais, salada de alface, tomate e couve.

Prato Veg: Lentilhas guisadas c/ vegetais, espirais e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (07-11-2025)

Sopa: Agrião.

Prato: Maruca cozida c/ batata e macedónia de legumes, salada de alface, pepino e rúcula.

Prato Veg: Tofu cozido c/ batata e macedónia de legumes e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

O Diretor

 Dominique Nunes Palma

Data

20 de outubro de 2025