

Ementa do Refeitório D. Dinis

Semana – 01 a 05 de dezembro de 2025

Segunda-Feira (01-12-2025)

Sopa:

Prato:

Feriado

Prato Veg:

Sobremesa: Fruta da época



Terça-Feira (02-12-2025)

Sopa: Creme de lentilhas c/ coentros.

Prato: Peixe assado c/ pimentos, arroz de 3 legumes, salada de alface, tomate e pepino.

Prato Veg: Soja c/ pimentos, curgete, couve lombarda e arroz de 3 legumes c/ salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (03-12-2025)

Sopa: Couve portuguesa.

Prato: Bife de peru de cebolada c/ puré de batata e salada de alface, beterraba e tomate.

Prato Veg: Legumes chineses de cebolada c/ puré de batata e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (04-12-2025)

Sopa: Juliana de legumes.

Prato: Arroz de atum c/ alho francês e cenoura, salada de alface, rabanete e agrião.

Prato Veg: Arroz de lentilhas c/ alho francês, cenoura e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (05-12-2025)

Sopa: Brócolos.

Prato: Entrecosto estufado c/ ervilhas, massa de lacinhos, salada de alface, pimento e abacate.

Prato Veg: Ervilhas estufadas c/ cogumelos, couve lombarda, massa de lacinhos e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

O Diretor
Dominique Nunes Palma
Dominique Nunes Palma
Quarteira

Data

18 de novembro de 2025