

# Ementa do Refeitório D. Dinis

Semana - 26 a 30 de janeiro de 2026

## Segunda-Feira (26-01-2026)

**Sopa:** Alho francês.

**Prato:** Douradinhos no forno c/ arroz de lentilhas, salada de alface, pepino e tomate.

**Prato Veg:** Douradinhos de vegetais no forno c/ arroz de lentilhas e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



## Terça-Feira (27-01-2026)

**Sopa:** Feijão verde.

**Prato:** Esparguete à bolonhesa, salada de alface, beterraba e maçã.

**Prato Veg:** Esparguete à bolonhesa de soja e legumes c/ salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



## Quarta-Feira (28-01-2026)

**Sopa:** Abóbora c/ hortaliça.

**Prato:** Medalhões de maruca estufados c/ puré de batata, salada de alface, tomate e agrião.

**Prato Veg:** Medalhões de feijão preto estufado c/ puré de batata e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



## Quinta-Feira (29-01-2026)

**Sopa:** Couve coração.

**Prato:** Peito de peru fatiado c/ legumes e arroz branco, salada de alface, cenoura e rúcula.

**Prato Veg:** Tofu fatiado c/ legumes, arroz branco e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



## Sexta-Feira (30-01-2026)

**Sopa:** Ervilhas.

**Prato:** Massinha de peixe c/ tomate, salada de alface, beterraba e pepino.

**Prato Veg:** Massinha de soja c/ tomate, couve, beringela e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



\* A ementa pode ser sujeita a alterações

O Diretor  
Dominique Nunes Palma

**Data**

15 de janeiro de 2026