

Ementa do Refeitório D. Dinis

Semana - 09 a 13 de fevereiro de 2026

Segunda-Feira (09-02-2026)

Sopa: Creme de abóbora.

Prato: Arroz de tamboril c/ coentros, salada de alface, pepino e rúcula.

Prato Veg: Arroz de soja c/ coentros, cenoura, berinjela, curgete e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (10-02-2026)

Sopa: Curgete ralada.

Prato: Entrecosto estufado c/ lentilhas e macarronete, salada de alface, pimento e agrião.

Prato Veg: Lentilhas estufadas c/ vegetais, macarronete e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (11-02-2026)

Sopa: Feijão branco c/ nabiça.

Prato: Solha c/ limão e ervas aromáticas, arroz de tomate, salada de alface, milho e maçã.

Prato Veg: Legumes chineses salteados c/ arroz de tomate e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (12-02-2026)

Sopa: Couve portuguesa.

Prato: Perna de peru no forno c/ espirais, salada de alface, tomate e rabanete.

Prato Veg: Croquetes de feijão vermelho no forno c/ massa espiral e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (13-02-2026)

Sopa: Canja c/ massinha e hortelã.

Prato: Bacalhau cozido c/ grão, batata e ovo, salada de couve roxa, cenoura e pepino.

Prato Veg: Grão cozido c/ batata, brócolos, abóbora e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

O Diretor
P. Nunes Palma
Dominique Nunes Palma
Quarteira

Data

28 de janeiro de 2026