

Ementa do Refeitório D. Dinis

Semana - 02 a 06 de março de 2026

Segunda-Feira (02-03-2026)

Sopa: Creme de favas.

Prato: Massada de choco c/ tomate, pimento verde e vermelho, salada de alface, agrião e pepino.

Prato Veg: Massinha de soja c/ tomate, curgete, cenoura, pimentos e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (03-03-2026)

Sopa: Nabiça.

Prato: Arroz à valenciana (porco, frango, ervilhas), salada de alface, tomate e abacaxi.

Prato Veg: Arroz à valenciana vegetariano (ervilhas, abóbora, couve branca, beringela) e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (04-03-2026)

Sopa: Cenoura c/ alface.

Prato: Peixe vermelho cozido c/ batata doce, brócolos e couve flôr, salada de rúcula, beterraba e pepino.

Prato Veg: Salada de grão c/ batata doce, brócolos, couve flôr e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (05-03-2026)

Sopa: Juliana de duas couves.

Prato: Peito de peru (fatiado), estufado c/ cenoura, arroz de espinafre, salada de alface, rabanete e agrião.

Prato Veg: Feijão vermelho estufado c/ vegetais, arroz de espinafre e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (06-03-2026)

Sopa: Feijão verde.

Prato: Lasanha de atum c/ legumes, salada de alface, couve roxa e beterraba.

Prato Veg: Lasanha vegetariana c/ lentilhas e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

O Diretor

Dominique Nunes Palma

Data

19 de fevereiro de 2026