

Ementa do Refeitório Aragão

R05

Semana – 06 a 10 de outubro de 2025

Segunda-Feira (06-10-2025)

Sopa: Espinafres.

Prato: Feijoada de pote c/ arroz de alho, salada de alface, tomate e agrião.

Prato Veg: Feijoada vegetariana c/ arroz de alho e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (07-10-2025)

Sopa: Juliana de legumes.

Prato: Lombo de porco assado c/ batata frita, salada de alface, pimento e pepino.

Prato Veg: Crepes chineses c/ batata e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (08-10-2025)

Sopa: Creme de grão.

Prato: Massada de peixe c/ coentros, salada de alface, cenoura e maçã.

Prato Veg: Massa asiática c/ vegetais e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (09-10-2025)

Sopa: Agrião.

Prato: Stroganoff de peru c/ arroz branco, salada de couve roxa, cenoura e agrião.

Prato Veg: Stroganoff de soja c/ arroz branco e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (10-10-2025)

Sopa: Creme de legumes.

Prato: Filetes de pescada panados c/ salada fria (batata, ervilha, cenoura, milho), salada de alface, couve roxa e rúcula.

Prato Veg: Salada fria de legumes (batata, ervilha, cenoura, milho) e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS D. DINIS - Ourense
O Diretor
Dominique Nunes Palma
Dominique Nunes Palma

Data

01 outubro de 2025