

Ementa do Refeitório Aragão

R18

Semana – 05 a 09 de janeiro de 2026

Segunda-Feira (05-01-2026)

Sopa: Curgete cenoura e nabo.

Prato: Cordon bleu c/ massa tricolor, salada de alface, tomate e maçã.

Prato Veg: Estufado de macedónia de legumes c/ massa tricolor e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (06-01-2026)

Sopa: Espinafre.

Prato: Arroz de atum, salada de alface, rúcula e cenoura.

Prato Veg: Arroz asiático c/ legumes (pimento, curgete, cenoura) e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (07-01-2026)

Sopa: Creme de legumes.

Prato: Rancho (carne de porco, grão, massa, repolho), salada de couve branca, beterraba e agrião.

Prato Veg: Caril de grão c/ curgete, cenoura, pimento e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (08-01-2026)

Sopa: Minestrone.

Prato: Lombos de pescada no forno c/ batata cozida, salada de alface, pimento e pepino.

Prato Veg: Ratatouille de legumes c/ batata cozida e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (09-01-2026)

Sopa: Brócolos.

Prato: Bife de vitela c/ arroz de ervilhas, salada de alface, cenoura e agrião.

Prato Veg: Estufado de ervilhas c/ arroz branco e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

AGENCIAMENTO DE ESCOLAS D. DINIS - LISBOA
O Diretor
Dominique Nunes Palma

Data

29 dezembro de 2025