

# Ementa do Refeitório D. Dinis

R12

Semana – 04 a 08 de dezembro de 2023

## Segunda-Feira (04-12-2023)

**Sopa:** Ervilhas c/ Cenoura

**Prato:** Douradinhos c/ Batatas Corada, Salada de Alface, Tomate e Pepino

*Prato Veg: Legumes Chineses Salteados c/ Batata Corada e Salada*

**Sobremesa:** Fruta da Época.



## Terça-Feira (05-12-2023)

**Sopa:** Creme de Brócolos c/ Coentros

**Prato:** Chili (carne picada, feijão vermelho) e Arroz, Salada de Alface, Agrião e Couve Branca

*Prato Veg: Chili Vegetariano c/ Arroz e Salada*

**Sobremesa:** Fruta da Época.



## Quarta-Feira (06-12-2023)

**Sopa:** Couve Portuguesa

**Prato:** Salmão Salteado c/ Legumes e Massa Macarronete, Salada de Alface, Tomate e Milho.

*Prato Veg: Ervilhas Guisadas c/ Cenoura, Tomate, Couve e Massa Macarronete e Salada.*

**Sobremesa:** Fruta da Época.



## Quinta-Feira (07-12-2023)

**Sopa:** Abóbora c/ Feijão Verde

**Prato:** Perna de Frango Estufado c/ Arroz de Espinafres, Salada de Alface, Tomate e Beterraba

*Prato Veg: Vegetais c/ Cogumelos Assados c/ Arroz de Espinafres e Salada.*

**Sobremesa:** Fruta da Época.



## Sexta-Feira (08-12-2023)

**Sopa:**

**Prato:**

*Prato Veg:*

**Sobremesa:**

**Feriado**



\* A ementa pode ser sujeita a alterações



**Data**  
21 de novembro 2023