

Ementa do Refeitório Aragão

R10

Semana – 10 a 14 de novembro de 2025

Segunda-Feira (10-11-2025)

Sopa: Juliana de legumes.

Prato: Cordon bleu c/ arroz de ervilhas, salada de alface, tomate e pepino.

Prato Veg: Arroz marroquino (cogumelos, ervilhas) e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (11-11-2025)

Sopa: Espinafres e cenoura.

Prato: Massa c/ salmão no forno, salada de alface, agrião e couve roxa.

Prato Veg: Massada de legumes e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (12-11-2025)

Sopa: Creme de abóbora.

Prato: Frango de cebolada c/ arroz de alho, salada de alface, cenoura e maçã.

Prato Veg: Cogumelos estufados c/ arroz de alho e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (13-11-2025)

Sopa: Curgete e nabo.

Prato: Pescada no forno c/ batata cozida, salada de cenoura, beterraba e rúcula.

Prato Veg: Ratatouille (estufado de legumes) batata cozida e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (14-11-2025)

Sopa: Nabiça.

Prato: Bifes de vitela c/ massa, salada de alface, pimento e tomate.

Prato Veg: Massa asiática (pimento, curgete, cenoura) e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações


O Diretor
Dominique Nunes Palma
Quarteira

Data

07 novembro de 2025