

# Ementa do Refeitório Aragão

R13

Semana – 01 a 05 de dezembro de 2025

Segunda-Feira (01-12-2025)

**Sopa:**

**Prato:**

**Prato Veg:**

**Sobremesa:**

**Feriado**



Terça-Feira (02-12-2025)

**Sopa:** Creme de Cenoura.

**Prato:** Calamares com arroz de primavera, salada de couve branca, agrião e maçã.

**Prato Veg:** Estufado mediterrâneo c/ arroz de primavera e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



Quarta-Feira (03-12-2025)

**Sopa:** Juliana.

**Prato:** Rancho (grão, carne, cenoura, couve, massa), salada de alface, couve roxa e tomate.

**Prato Veg:** Rancho vegetariano (grão, cenoura, couve, massa) e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



Quinta-Feira (04-12-2025)

**Sopa:** Feijão verde.

**Prato:** Caldeirada de peixe c/ batata, salada de alface, rúcula e cenoura.

**Prato Veg:** Ratatouille de caldeirada (curgete, batata, berinjela, tomate) e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



Sexta-Feira (05-12-2025)

**Sopa:** Espinafre.

**Prato:** Empadão de carne c/ arroz, salada de alface, pimento e agrião.

**Prato Veg:** Empadão vegetariano c/ arroz e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



\* A ementa pode ser sujeita a alterações

  
O Diretor  
Dominique Nunes Palma  
Quarteira

**Data**

26 novembro de 2025