

Ementa do Refeitório Aragão

R28

Semana – 16 a 20 de março de 2026

Segunda-Feira (16-03-2026)

Sopa: Creme de lentilhas.

Prato: Calamares c/ arroz de tomate, salada de alface, milho e beterraba.

Prato Veg: Arroz de tomate c/ ratatouille e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Terça-Feira (17-03-2026)

Sopa: Juliana de legumes.

Prato: Bifes de peru c/ esparguete, salada de alface, rúcula e abacaxi.

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

Sobremesa: Fruta da época.



Quarta-Feira (18-03-2026)

Sopa: Curgete, cenoura e nabo.

Prato: Bacalhau à gomes de sá, salada algarvia (tomate, pimento e pepino).

Prato Veg: Legumes à gomes de sá e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



Quinta-Feira (19-03-2026)

Sopa: Espinafres.

Prato: Arroz de pato no forno, salada de alface, agrião e beterraba.

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

Sobremesa: Fruta da época.



Sexta-Feira (20-03-2026)

Sopa: Creme de cenoura.

Prato: Massinha de salmão no forno, salada de alface, tomate e pepino.

Prato Veg: Massa mediterrânea c/ legumes e salada.

Sobremesa: Fruta da época.



* A ementa pode ser sujeita a alterações

AGLAMENTO DE ESCOLAS D
O Diretor
Dominique Nunes Palma

Data

10 março de 2026