

Ementa Do Refeitório - Semana de 27de abril a 3 de maio de 2026

Segunda-feira (Almoço)	Dia 27	Segunda-feira (Jantar)
Sopa de espinafres	Sopa	Sopa de espinafres
Macarronete de carnes (porco + vaca)	Prato	Atum com batata cozida
Couve-coração e cenoura as rodelas	Legumes	Salada de tomate e pepino
Macarronete de carnes (porco + vaca) triturado	Mole	Atum com batata cozida triturado
Macarronete de carnes (porco + vaca) em branco	Dieta ligeira	Atum com batata cozida
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Terça-feira (Almoço)	Dia 28	Terça-feira (jantar)
Sopa de alho-francês	Sopa	Sopa de alho-francês
Bolinhos de bacalhau com arroz de ervilhas	Prato	Bifes de peru grelhados com esparguete de tomate
Salada mista	Legumes	Cenoura raspada
Bolinhos de bacalhau com arroz de ervilhas triturado	Mole	Bifes de peru grelhados com esparguete de tomate triturado
Arroz de peixe em branco	Dieta Ligeira	Bifes de peru grelhados com esparguete cozido
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quarta-feira (almoço)	Dia 29	Quarta-feira (jantar)
Creme de cenoura	Sopa	Creme de cenoura
Bifanas com arroz branco	Prato	Redfish no forno com batata assada
Salada mista	Legumes	Salada mista
Bifanas com arroz branco triturado	Mole	Redfish no forno com batata assada triturado
Bifanas com arroz em branco	Dieta ligeira	Redfish grelhado com batata cozida
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Quinta-feira (almoço)	Dia 30	Quinta-feira (jantar)
Sopa de legumes	Sopa	Sopa de legumes
Meia desfeita pescada com grão-de-bico e ovo cozido	Prato	Jardineira de frango
Brócolos cozidos	Legumes	Cenoura rodelas
Meia desfeita pescada com ovo cozido triturado	Mole	Jardineira de frango triturado
Meia desfeita pescada com ovo cozido em branco	Dieta Ligeira	Jardineira de frango em branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Sexta-feira (almoço)	Dia 1	Sexta-feira (jantar)
Sopa de feijão-verde	Sopa	Sopa de feijão-verde
Espetadas grelhadas com arroz	Prato	Massa salteada de abrótea
Salada mista	FERIADO	Espinafres
Espetadas grelhadas com arroz triturado	Mole	Massa salteada de abrótea triturado
Espetadas grelhadas com arroz branco	Dieta Ligeira	Massa de abrótea em branco
Fruta da época	Sobremesa	Gelatina
Sábado (almoço)	Dia 2	Sábado (jantar)
Sopa de curgete	Sopa	Sopa de curgete
Pescada cozida com batata cozida	Prato	Costeletas grelhadas com arroz tomate
Feijão verde	Legumes	Cenoura raspada
Pescada cozida com batata cozida triturado	Mole	Costeletas grelhadas com arroz tomate triturado
Pescada cozida com batata cozida	Dieta Ligeira	Costeletas grelhadas com arroz branco
Fruta da época	Sobremesa	Fruta da época
Domingo (almoço)	Dia 3	Domingo (jantar)
Sopa de abobora	Sopa	Sopa de abobora
Alheira no forno com ovo estrelado e batata frita	Prato	Abrótea estufada com batata cozida
Salada de alface, pepino, tomate e cebola	Legumes	Couve Bruxelas
Alheira no forno com ovo estrelado e batata frita triturado	Mole	Abrótea estufada com batata cozida triturado
Arroz de frango em branco	Dieta Ligeira	Abrótea cozida com batata cozida
Pudim francês	Sobremesa	Fruta da época

Observações: A ementa é suscetível a alterações não previstas. O prato das intolerâncias apenas esta disponível para os clientes que tem uma intolerância confirmada. **Não é possível garantir que toos os pratos sejam isentos de algumas substâncias/ produtos que provocam alergias/intolerâncias:** ¹ glúten, ² crustáceos e produtos à base de crustáceos, ³ ovos e produtos à base de ovos, ⁴ peixe e produtos à base de peixe, ⁵ amendoins e produtos à base de amendoins, ⁶ soja e produtos à base de soja, ⁷ leite e produtos à base de leite, ⁸ frutos de casca rija, ⁹ aipo e produtos à base de aipo, ¹⁰ mostrada e produtos a base de mostrada, ¹¹ sementes de sésamo e produtos a base de sementes de sésamo, ¹² dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³ tremçoço e produtos á base de tremçoços, ¹⁴ moluscos e produtos á base de moluscos. Para mais informações relativas a cada prato contacte um colaborador. Regulamento (EU) do Parlamento Europeu e do Conselho de 25 de Outubro de 2011. Consulte as fichas técnicas para verificar os alergénios presentes em cada prato.