



# Ementa Refeitório RP

## Almoço Refeição

### 19/02/2024 - Segunda-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Curgete e alho-francês	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Salada de feijão frade, atum e ovo com arroz, salada de alface, tomate e milho	1, 3
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada	

### 20/02/2024 - Terça-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Legumes com espinafre	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Lombo de porco assado com arroz de cenoura, salada de tomate, milho e cenoura	1
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada	

### 21/02/2024 - Quarta-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Feijão branco e legumes	6, 9, 12, 13
<b>Prato 1:</b>	Pota estufada com batata cozida, legumes salteados (repolho, cenoura e ervilhas)	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada	

### 22/02/2024 - Quinta-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Brócolos e cenoura	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Arroz de pato salada, salada de tomate, milho e cenoura	1
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada	

### 23/02/2024 - Sexta-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Couve branca	9
<b>Prato 1:</b>	Medalhões de pescada no forno c/ batata cozida e legumes salteados	1, 4
<b>Sobremesa:</b>	Mousse de chocolate ou fruta da época	1, 3, 6, 7, 8

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



# Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

## 26/02/2024 - Segunda-feira

**Alergénicos**

<b>Sopa:</b>	Abóbora e brócolos	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Barras de pescada no forno com arroz de cenoura, salada de alface, tomate e milho	1, 4, 6, 8, 11, 12, 13
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada	

## 27/02/2024 - Terça-feira

**Alergénicos**

<b>Sopa:</b>	Creme de legumes	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Vitela estufada c/ ervilhas e esparguete e salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada	

## 28/02/2024 - Quarta-feira

**Alergénicos**

<b>Sopa:</b>	Feijão branco e espinafres	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Lombos de salmão no forno com batata cozida, legumes salteados repolho, cenoura e ervilhas	4, 12
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada	

## 29/02/2024 - Quinta-feira

**Alergénicos**

<b>Sopa:</b>	Couve flor c/ cenoura	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Frango no forno com arroz de ervilhas, salada de alface, tomate e pepino	1, 8, 12
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada	

## 01/03/2024 - Sexta-feira

**Alergénicos**

<b>Sopa:</b>	Juliana	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Posta à sevilhana no forno c/massa de feijão, salada de alface, tomate e milho	1, 3, 4, 6, 7, 11, 12, 1
<b>Sobremesa:</b>	Fruta variada	

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



# Ementa Refeitório RP

## Almoço Refeição

### 04/03/2024 - Segunda-feira

Alergênicos

Sopa:	Creme de ervilhas	1, 9, 12
Prato 1:	Massada de atum, salada de alface, tomate e milho	4, 6
Sobremesa:	Fruta da época	

### 05/03/2024 - Terça-feira

Alergênicos

Sopa:	Alho francês	9, 12
Prato 1:	Húmburguer de bovino grelhado com arroz de ervilhas, salada de alface, tomate e pepino	
Sobremesa:	Fruta da época	

### 06/03/2024 - Quarta-feira

Alergênicos

Sopa:	Canja de galinha	1, 3, 6, 12
Prato 1:	Maruca no forno com puré de batata, legumes salteados (brócolos, ervilhas e cenoura)	4, 7
Sobremesa:	Fruta da época	

### 07/03/2024 - Quinta-feira

Alergênicos

Sopa:	de feijão vermelho	6, 9, 12, 13
Prato 1:	Coxas de peru assada, com arroz de cenoura, salada de tomate, milho e pepino	1
Sobremesa:	Fruta da época	

### 08/03/2024 - Sexta-feira

Alergênicos

Sopa:	Espinafres com cenoura	
Prato 1:	Medalhões de pescada no forno c/ batata cozida, salada de alface, tomate e milho	1, 4, 12
Sobremesa:	Fruta da época	

*Alexandre Carlos*

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



# Ementa Refeitório RP

## Almoço Refeição

### 11/03/2024 - Segunda-feira

Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Couve flôr
<b>Prato 1:</b>	Ovos mexidos com cogumelos e arroz de cenoura, salada de tomate milho e cenoura
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época

### 12/03/2024 - Terça-feira

Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Feijão-verde e feijão-branco	6, 9, 12, 13
<b>Prato 1:</b>	Massa à Bolanhesa, salada de alface, pepino e milho	1
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 13/03/2024 - Quarta-feira

Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Alho francês c/ cenoura	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Lombos de salmão no forno com batata cozida, legumes salteados repolho, cenoura e ervilhas	4, 12
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 14/03/2024 - Quinta-feira

Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Brócolos	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Frango no forno com arroz de ervilhas, salada de alface, tomate e pepino	1, 8, 12
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 15/03/2024 - Sexta-feira

Alergênicos

<b>Sopa:</b>	creme de couve-flôr e ervilhas	1, 9, 12
<b>Prato 1:</b>	Bolinhos de bacalhau c/massa de feijão, salada de alface tomate e milho	1, 3, 4, 12
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

*Alexa  
Balanelli*

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremçoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



# Ementa Refeitório RP

## Almoço Refeição

### 18/03/2024 - Segunda-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Curgete e alho-francês	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Salada de feijão frade, atum e ovo com arroz, salada de alface, tomate e milho	1, 3
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 19/03/2024 - Terça-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Legumes com espinafre	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Lombo de porco assado com arroz de cenoura, salada de tomate, milho e cenoura	1
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 20/03/2024 - Quarta-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Feijão branco e legumes	6, 9, 12, 13
<b>Prato 1:</b>	Pota estufada com batata cozida, legumes salteados (repolho, cenoura e ervilhas)	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 21/03/2024 - Quinta-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Brócolos e cenoura	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Arroz de pato salada, salada de tomate, milho e cenoura	1
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 22/03/2024 - Sexta-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Couve branca	9
<b>Prato 1:</b>	Medalhões de pescada no forno c/ batata cozida e legumes salteados	1, 4
<b>Sobremesa:</b>	Mousse de chocolate ou fruta da época	1, 3, 6, 7, 8

*Alexa  
Caldes Nch*

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Alpico, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



# Ementa Refeitório RP

## Almoço Refeição

### 08/04/2024 - Segunda-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Abóbora e brócolos	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Barras de pescada no forno com arroz de cenoura, salada de alface, tomate e milho	1, 4, 6, 8, 11, 12, 13
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 09/04/2024 - Terça-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Creme de legumes	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Vitela estufada c/ ervilhas e esparguete e salada	
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 10/04/2024 - Quarta-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Feijão branco e espinafres	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Lombos de salmão no forno com batata cozida, legumes salteados repolho, cenoura e ervilhas	4, 12
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 11/04/2024 - Quinta-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Couve flor c/ cenoura	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Frango no forno com arroz de ervilhas, salada de alface, tomate e pepino	1, 8, 12
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 12/04/2024 - Sexta-feira

#### Alergênicos

<b>Sopa:</b>	Juliana	9, 12
<b>Prato 1:</b>	Posta à sevilhana no forno c/massa de feijão, salada de alface, tomate e milho	1, 3, 4, 6, 7, 11, 12, 1
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

*D. Afixa  
Carlos Velloso*