



Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

*Alexandre
Cavalcanti*

03/02/2025 - Segunda-feira

Alergênicos

| | | |
|-------------------|---|----------------|
| Sopa: | Juliana | 9, 12 |
| Prato 1: | Bife de peru c/ cogumelos, massa espiral e salada de alface, tomate e milho | 1, 2, 3, 8, 12 |
| Sobremesa: | Fruta da época | |

04/02/2025 - Terça-feira

Alergênicos

| | | |
|-------------------|---|---------------------|
| Sopa: | Courgete e alho-francês | 6, 9, 12, 13 |
| Prato 1: | Salada de feijão frade, atum e ovo com c/batata, salada de alface, tomate e milho | 1, 3, 8, 10, 12, 14 |
| Sobremesa: | Fruta da época | |

05/02/2025 - Quarta-feira

Alergênicos

| | | |
|-------------------|--|-------|
| Sopa: | Creme de legumes | 9, 12 |
| Prato 1: | Lombo de porco assado com arroz de cenoura, salada de pepino, tomate e milho | 1 |
| Sobremesa: | Fruta da época | |

06/02/2025 - Quinta-feira

Alergênicos

| | | |
|-------------------|--|-------------------|
| Sopa: | Feijão branco e espinafres | 9, 12 |
| Prato 1: | Lombos de salmão no forno com batata cozida, legumes salteados repolho, cenoura e ervilhas | 4, 12 |
| Sobremesa: | Gelatina ou fruta da época | 1, 3, 6, 7, 8, 12 |

07/02/2025 - Sexta-feira

Alergênicos

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

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

*Alface
Cenoura*

10/02/2025 - Segunda-feira

Alergénicos

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

11/02/2025 - Terça-feira

Alergénicos

| | | |
|-------------------|--|----------------------|
| Sopa: | Espinafres com cenoura | |
| Prato 1: | Bacalhau à Gomes de Sá c/ salada de alface, tomate e milho | 1, 3, 4, 8, 9 |
| Sobremesa: | Fruta da época | |

12/02/2025 - Quarta-feira

Alergénicos

| | | |
|-------------------|--|---------------------|
| 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 | |

13/02/2025 - Quinta-feira

Alergénicos

| | | |
|-------------------|--|----------------------------------|
| Sopa: | Canja de galinha | 1, 3, 6, 12 |
| Prato 1: | Posta à sevilhana no forno c/massa de feijão, salada de alface, tomate e milho | 1, 3, 4, 6, 7, 11, 12, 13 |
| Sobremesa: | Fruta da época | |

14/02/2025 - Sexta-feira

Alergénicos

| | | |
|-------------------|---|-----------------|
| Sopa: | Creme de ervilhas | 1, 9, 12 |
| Prato 1: | Vitela assada no forno c/ arroz de cenoura e legumes salteados (brócolos,ervilha,cenoura) | 5, 6, 9 |
| Sobremesa: | Fruta da época | |

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

*Almoço
Comunidade*

17/02/2025 - Segunda-feira

Alergênicos

Sopa: Feijão-verde e feijão branco

Prato 1: Massa à Bolanhesa, salada de alface, pepino e milho

1

Sobremesa: Fruta da época

18/02/2025 - Terça-feira

Alergênicos

Sopa: De couve flor

Prato 1: Medalhões de pescada no forno c/ puré de batata, salada de tomate, milho e cenoura

1, 4

Sobremesa: Fruta da época

19/02/2025 - Quarta-feira

Alergênicos

Sopa: Brócolos

9, 12

Prato 1: Frango assado com arroz de ervilhas e salada de alface, tomate e pepino

1

Sobremesa: Fruta da época

20/02/2025 - Quinta-feira

Alergênicos

Sopa: Alho francês c/ cenoura

9, 12

Prato 1: Massa de atum c/ legumes salteados (repolho, cenoura, ervilhas)

4, 6

Sobremesa: Fruta da época

21/02/2025 - Sexta-feira

Alergênicos

Sopa: creme de couve-flôr e ervilhas

1, 9, 12

Prato 1: Vitela estufada c/ arroz de cenoura, salada de alface, tomate e milho

Sobremesa: Fruta da época



Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

*D. S. Afonso
Quarta-feira*

24/02/2025 - Segunda-feira

Alergénicos

| | | |
|-------------------|---|--------------|
| Sopa: | Feijão branco e legumes | 6, 9, 12, 13 |
| Prato 1: | Bife de frango c/ massa de feijão e legumes salteados (repolho, cenoura e ervilhas) | 1 |
| Sobremesa: | Fruta da época | |

25/02/2025 - Terça-feira

Alergénicos

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

26/02/2025 - Quarta-feira

Alergénicos

| | | |
|-------------------|---|-------|
| Sopa: | Legumes com espinafre | 9, 12 |
| Prato 1: | Vitela estufada c/ ervilhas e massa esparguete, salada de tomate, milho e cenoura | |
| Sobremesa: | Fruta da época | |

27/02/2025 - Quinta-feira

Alergénicos

| | | |
|-------------------|--|---------------|
| Sopa: | Couve branca | 9 |
| Prato 1: | Medalhões de pescada no forno c/ batata cozida e legumes salteados (brócolos, ervilha e cenoura) | 1, 4 |
| Sobremesa: | Mousse de chocolate ou fruta da época | 1, 3, 6, 7, 8 |

28/02/2025 - Sexta-feira

Alergénicos

| | | |
|-------------------|--|-------|
| Sopa: | Brócolos e cenoura | 9, 12 |
| Prato 1: | Arroz de pato, salada de tomate, milho e cenoura | 1 |
| Sobremesa: | Fruta da época | |

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.