



Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

06/01/2025 - Segunda-feira

Alergênicos

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

07/01/2025 - Terça-feira

Alergênicos

Sopa: Creme de legumes

9, 12

Prato 1: Vitela estufada com ervilhas e esparguete, salada mista

Sobremesa: Fruta da época

08/01/2025 - Quarta-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

09/01/2025 - Quinta-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

10/01/2025 - Sexta-feira

Alergênicos

Sopa: Juliana

9, 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, 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.



Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

13/01/2025 - 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	

14/01/2025 - Terça-feira

Alergênicos

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	

15/01/2025 - 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	

16/01/2025 - 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	

17/01/2025 - Sexta-feira

Alergênicos

Sopa:	De espinafres	9, 12
Prato 2:	Medalhões de pescada no forno com batata cozida, salada de alface, tomate e milho	1, 4
Sobremesa:	Fruta da época	



Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

*Afete
Cansada*

20/01/2025 - Segunda-feira

Alergênicos

Sopa: Feijão-verde e feijão branco
Prato 1: Massa à Bolanhesa, salada de alface, pepino e milho
Sobremesa: Fruta da época

1

21/01/2025 - Terça-feira

Alergênicos

Sopa: De couve flor
Prato 1: Medalhões de pescada no forno c/ puré de batata, salada de tomate, milho e cenoura
Sobremesa: Fruta da época

1, 4

22/01/2025 - Quarta-feira

Alergênicos

Sopa: Brócolos
Prato 1: Frango assado com arroz de ervilhas e salada de alface, tomate e pepino
Sobremesa: Fruta da época

9, 12

1

23/01/2025 - Quinta-feira

Alergênicos

Sopa: Alho francês c/ cenoura
Prato 1: Massa de atum c/ legumes salteados (repolho, cenoura, ervilhas)
Sobremesa: Fruta da época

9, 12

4, 6

24/01/2025 - Sexta-feira

Alergênicos

Sopa: creme de couve-flôr e ervilhas
Prato 1: Vitela estufada c/ arroz de cenoura, salada de alface, tomate e milho
Sobremesa: Fruta da época

1, 9, 12

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

*Alfina
Cavalcanti*

27/01/2025 - Segunda-feira

Alergênicos

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	

28/01/2025 - Terça-feira

Alergênicos

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	

29/01/2025 - Quarta-feira

Alergênicos

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	

30/01/2025 - Quinta-feira

Alergênicos

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

31/01/2025 - Sexta-feira

Alergênicos

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.