



# Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

## 15/09/2025 - Segunda-feira

**Alergênicos**

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

## 16/09/2025 - Terça-feira

**Alergênicos**

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

## 17/09/2025 - Quarta-feira

**Alergênicos**

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

## 18/09/2025 - Quinta-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>	Gelatina ou fruta da época	1, 3, 6, 7, 8, 12

## 19/09/2025 - Sexta-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	

*Atenção  
Com a alca*

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-Alpo, 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

### 22/09/2025 - Segunda-feira

### Alergénicos

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

### 23/09/2025 - Terça-feira

### Alergénicos

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

### 24/09/2025 - Quarta-feira

### Alergénicos

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

### 25/09/2025 - Quinta-feira

### Alergénicos

<b>Sopa:</b>	Canja de galinha	1, 3, 6, 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,
<b>Sobremesa:</b>	Fruta da época	

### 26/09/2025 - Sexta-feira

### Alergénicos

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

*Alfêdo  
Cachalote*

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

### 29/09/2025 - 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

### 30/09/2025 - 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

### 01/10/2025 - Quarta-feira

Alergênicos

**Sopa:** Alho francês c/ cenoura

9, 12

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

**Sobremesa:** Fruta da época

### 02/10/2025 - 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

### 03/10/2025 - Sexta-feira

Alergênicos

**Sopa:** Brócolos

9, 12

**Prato 1:** Frango no forno com arroz de ervilhas, salada de alface, tomate e pepino

1, 8, 12

**Sobremesa:** Fruta da época

*Atenção  
Causa Alérgica*

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.