



Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

Alexandre
Francis

02/02/2026 - 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

03/02/2026 - 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

04/02/2026 - Quarta-feira

Alergênicos

Sopa: Brócolos

9, 12

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

Sobremesa: Fruta da época

05/02/2026 - 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

06/02/2026 - 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



Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

*Mélan
Ferreira*

09/02/2026 - 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

10/02/2026 - 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

11/02/2026 - 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

12/02/2026 - 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

13/02/2026 - Sexta-feira

Alergénicos

Sopa: Abóbora e brócolos

9, 12

Prato 1: Arroz de pato c/ salada de alface, tomate e pepino

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

*Alixar
Ferreira*

19/02/2026 - Quinta-feira

Alergénicos

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

20/02/2026 - Sexta-feira

Alergénicos

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	



Ementa Refeitório RP

Almoço Refeição

*Alican
Ferreira*

23/02/2026 - Segunda-feira

Alergénicos

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

9, 12

24/02/2026 - Terça-feira

Alergénicos

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

1, 3, 4, 8, 9

25/02/2026 - Quarta-feira

Alergénicos

- Sopa:** de feijão vermelho
- Prato 1:** Coxas de peru assada, com arroz de cenoura, salada de tomate, milho e pepino
- Sobremesa:** Fruta da época

6, 9, 12, 13

1

26/02/2026 - Quinta-feira

Alergénicos

- Sopa:** Canja de galinha
- Prato 1:** Posta à sevilhana no forno c/massa de feijão, salada de alface, tomate e milho
- Sobremesa:** Fruta da época

1, 3, 6, 12

1, 3, 4, 6, 7, 11, 12,

27/02/2026 - Sexta-feira

Alergénicos

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

1, 9, 12

5, 6, 9