

SEMANA DE 01 A 05 JANEIRO Nº 2

Kcal

| | | |
|-------------|--|-----|
| SOPA | | 119 |
| PRATO | | 645 |
| VEGETARIANO | | 561 |
| SOBREMESA | | 76 |
| PÃO | | 121 |

Total (Kcal) 1522

TERÇA-FEIRA

| | | |
|-------------|--|-----|
| SOPA | | 123 |
| PRATO | | 354 |
| VEGETARIANO | | 456 |
| SOBREMESA | | 76 |
| PÃO | | 121 |

Total (Kcal) 1130

QUARTA - FEIRA

| | | |
|-------------|---|-----|
| SOPA | Couve-flor com cenoura | 107 |
| PRATO | Perna de porco assada/ estufada e arroz / Salada | 575 |
| VEGETARIANO | Estufado de ervilhas, cenoura, milho e esparguete | 477 |
| SOBREMESA | Fruta da época (Min.3 variedades) | 76 |
| PÃO | 1 pão de mistura | 121 |

Total (Kcal) 1356

QUINTA - FEIRA

Kcal

| | | |
|-------------|--|-------|
| SOPA | Camponesa | 86 |
| PRATO | Salada russa de peixe (abrótea, batata, cenoura, ervilhas, e ovo ripado) | 446 |
| VEGETARIANO | Salada russa de legumes | 491 |
| SOBREMESA | Fruta da época (Min.3 variedades) logurte de aromas | 76/89 |
| PÃO | 1 Pão de mistura | 121 |

Total (Kcal) 1240/1253

SEXTA - FEIRA

Kcal

| | | |
|-------------|---|-----|
| SOPA | Creme de cenoura | 95 |
| PRATO | Empadão de carne em arroz / Salada | 520 |
| VEGETARIANO | Hamburguer vegetariano com arroz de milho | 502 |
| SOBREMESA | Fruta da época (Min.3 variedades) | 76 |
| PÃO | 1 Pão de mistura | 121 |

Total (Kcal) 1314

Nota

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergênicos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.