

SEMANA DE 18 A 22 DEZEMBRO Nº8

Kcal

SOPA	Legumes	119
PRATO	Arroz alegre (salsichas, cogumelos, milho e ovo)	436
VEGETARIANO	Cogumelos estufados com tomate e lentilhas com arroz	525
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	76
PÃO	1 Pão de mistura	121

Total(Kcal) 1277

TERÇA - FEIRA

SOPA	Juliana	109
PRATO	Perna de frango assada com ervas aromáticas e esparguete	585
VEGETARIANO	Curgete no forno , cenoura e brócolos	523
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	76
PÃO	1 Pão de mistura	121

Total(Kcal) 1414

QUARTA - FEIRA

SOPA	Canja	268
PRATO	Peixe assado no forno com batata cozida e legumes	435
VEGETARIANO	Soja aos cubos com arroz de cenoura e salada	602
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades) Doce	76/89
PÃO	1 Pão de mistura	121

Total(kcal) 1502

QUINTA - FEIRA

SOPA		154
PRATO		549
VEGETARIANO		464
SOBREMESA		76
PÃO		121

Total(Kcal) 1364

SEXTA - FEIRA

SOPA		114
PRATO		442
VEGETARIANO		282
SOBREMESA		76
PÃO		121

Total(kcal) 1035

Nota

A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 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.