

SEMANA DE 19 A 23 JUNHO

Kcal

SOPA	Creme de cenoura	84
PRATO	Tesourinhos no forno com arroz de ervilhas/salada	355
VEGETARIANO	Lentilhas estufadas com arroz de ervilhas	279
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	36
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total(kcal) 821

TERÇA - FEIRA

SOPA	Juliana de legumes	95
PRATO	Feijoada de carne (feijão catarino, perna de porco, frango e arroz branco)	594
VEGETARIANO	Estufado de legumes e soja	540
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	36
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total (Kcal) 1332

QUARTA - FEIRA

SOPA	Ervilhas	99
PRATO	Salada de atum com feijão frade (atum, batata, feijão frade, cenoura e ovo ripado)	658
VEGETARIANO	Salada de batata, feijão frade, cenoura e brócolos	491
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)/ logurte de aromas	36/89
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total(Kcal) 1268/1281

QUINTA - FEIRA

SOPA	Alho-francês	123
PRATO	Frango estufado com macarronete / Salada	633
VEGETARIANO	Salteado de legumes chineses	325
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	36
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total(Kcal) 1184

SEXTA - FEIRA

SOPA	Primavera	87
PRATO	Arroz de peixe com legumes (pescada, arroz, ervilhas, pimento e cenoura)	439
VEGETARIANO	Arroz de cogumelos e legumes (cenoura, ervilhas e curgete)	350
SOBREMESA	Fruta da época (Min. 3 variedades)/ logurte de aromas	36/89
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total(Kcal) 979/1032

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- Tremeços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.