

SEMANA DE 29 JANEIRO A 02 FEVEREIRO Nº6

Kcal

SOPA	Nabo com espinafres	116
PRATO	Almôndegas com molho de tomate e esparguete	483
VEGETARIANO	Bolonhesa de soja e salada	510
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	76
PÃO	1 Pão de mistura	121

Total(Kcal) 1306

TERÇA - FEIRA

SOPA	Primavera	111
PRATO	Salada de peixe e macedonia de legumes, batata e ovo ripado / Legumes	406
VEGETARIANO	Estufado de legumes com feijão frade e batata	488
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades) Doce	76
PÃO	1 Pão de mistura	121

Total(Kcal) 1202

QUARTA - FEIRA

SOPA	Creme de cenoura com massinhas	131
PRATO	Strogonoff de frango com espiral	452
VEGETARIANO	Arroz de lentilhas com legumes	450
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	76
PÃO	1 Pão de mistura	121

Total(Kcal) 1230

QUINTA - FEIRA

SOPA	Legumes	119
PRATO	Tesourinhos com arroz de cenoura/ Salada	488/701
VEGETARIANO	Arroz de cenoura com legumes salteados	458
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades) Iogurte de aromas	76/89
PÃO	1 Pão de mistura	121

Total(kcal) 1369/1382

SEXTA - FEIRA

SOPA	Lombardo	115
PRATO	Feijoada (Pá porco, frango, feijão-manteiga, couve e arroz)	584
VEGETARIANO	Feijoada vegetariana (soja, feijão, couve, cenoura e arroz)	446
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	76
PÃO	1 Pão de mistura	121

Total(Kcal) 1342

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.