

MUNICÍPIO DE CONSTÂNCIA

SEMANA DE 29 MAIO A 02 JUNHO

Kcal

SOPA	Ervilhas	119
PRATO	Douradinhos no forno com arroz de cenoura/salada	436
VEGETARIANO	Legumes salteados com arroz de cenoura	525
SOBREMA	Fruta da época (Min.3 variedades)	36
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total(Kcal) 1277

TERÇA - FEIRA

SOPA	Creme de legumes	109
PRATO	Tirinhas de frango com fusili/salada	585
VEGETARIANO	Cogumelos estufados com fusili	523
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	36
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total(Kcal) 1414

QUARTA - FEIRA

SOPA	Nabiças	268
PRATO	Badejo de cebolada no forno com batata/salada	435
VEGETARIANO	Salada com cenoura, feijão verde e courgete	602
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)/logurte de aromas	36
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total(Kcal) 1408

QUINTA - FEIRA

SOPA	Feijão verde	86
PRATO	Almôndegas estufadas com esparguete e salada	350
VEGETARIANO	Chili (Soja, feijão manteiga, cenoura)	240
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)/logurte de aromas	36
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total(Kcal) 779

SEXTA - FEIRA

SOPA	Espinafres	83
PRATO	Arroz de atum e salada	382
VEGETARIANO	Empadão (arroz, alho francês, cenoura, lombardo e lentilhas)	326
SOBREMESA	Fruta da época (Min.3 variedades)	36
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total(kcal) 894

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- 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.