

			alergêneos (*)	Prot.	HC	Açúc.	Líp.	AG Sat.	Sal	Kcal
2ª-feira	Sopa	de feijão verde								
	Prato	douradinhos com massa de milho e ervilhas								
	Vegetariano	massa de açafrão com cogumelos e cenoura								
	Salada	couve roxa, cenoura e tomate								
	Sobremesa	fruta da época								
	Pão	de mistura								
3ª-feira	Sopa	creme de couve flor								
	Prato	jardineira de carnes (porco e frango) com batata								
	Vegetariano	jardineira de soja								
	Salada	alface, cenoura e milho								
	Sobremesa	fruta da época								
	Pão	de mistura								
4ª-feira	Sopa	de couve branca com abóbora								
	Prato	salada de feijão frade com atum e arroz								
	Vegetariano	salada de feijão frade com arroz								
	Salada	milho, tomate e cenoura								
	Sobremesa	fruta da época								
	Pão	de mistura								
5ª-feira	Sopa	à lavrador								
	Prato	frango estufado com cenoura e ervilhas com massa								
	Vegetariano	tofu estufado com massa								
	Legumes/Salada	brócolos, couve flor e pepino								
	Sobremesa	fruta da época / fruta assada ou cozida								
	Pão	de mistura								
6ª-feira	Sopa	creme de legumes								
	Prato	arroz de pescada com legumes								
	Vegetariano	salsicha de soja com molho de tomate e arroz								
	Salada	alface, tomate e cebola								
	Sobremesa	fruta da época / doce (gelatina)								
	Pão	de mistura								

NOTA (*):

Se não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são inofensivas; Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador; A declaração nutricional apresenta-se em função da captação prevista para cada dose individual. É disponibilizada fruta da época como alternativa ao doce.