

**SEMANA DE 23 A 27 FEVEREIRO**

**SEGUNDA - FEIRA**

		Kcal
<b>SOPA</b>	Juliana	75
<b>PRATO</b>	Hamburguer grelhado com massa fusilli / alface, tomate e pepino	359
<b>VEGETARIANO</b>	Hamburguer vegetariano com massa fusilli	428
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura	67
<b>Total (Kcal)</b>		<b>995</b>

**TERÇA - FEIRA**

		Kcal
<b>SOPA</b>	Creme de couve flor e cenoura	75
<b>PRATO</b>	Meia desfeita de bacalhau (bacalhau, ovo cozido, grão e batata ) com couve	544
<b>VEGETARIANO</b>	Meia desfeita de ovo (ovo cozido, grão e batata) com couve	521
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura	67
<b>Total (Kcal)</b>		<b>1273</b>

**QUARTA - FEIRA**

		Kcal
<b>SOPA</b>	Nabiça	81
<b>PRATO</b>	Nuggts de frango no forno com arroz de cenoura / tomate, pepino e cenoura	66
<b>VEGETARIANO</b>	Strogonoff de cogumelos e seitan <sup>1,6,12</sup> com arroz cenoura	67
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura <sup>1</sup>	67
<b>Total (Kcal)</b>		<b>214</b>

**QUINTA - FEIRA**

		Kcal
<b>SOPA</b>	Caldo verde	68
<b>PRATO</b>	Salada de cavala (cavala, massa tricolor, milho, ervilhas e cenoura) <sup>1,4</sup> alface, pepino e cenoura	449
<b>VEGETARIANO</b>	Salada de ervilhas tricolor (massa tricolor, milho, ervilhas e cenoura) <sup>1</sup>	284
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura <sup>1</sup>	67
<b>Total (Kcal)</b>		<b>934</b>

**SEXTA - FEIRA**

		Kcal
<b>SOPA</b>	Creme ervilhas com coentros	94
<b>PRATO</b>	Arroz de aves (frango e peru) alface, tomate e cenoura	474
<b>VEGETARIANO</b>	Caril de grão com abóbora e espinafres com arroz branco	418
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura <sup>1</sup>	67
<b>Total (Kcal)</b>		<b>1119</b>

**Nota**  
 A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoin, 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.