

SEGUNDA - FEIRA

Kcal

SOPA	Creme de curgete e alho francês	84
PRATO	Empadão de atum ⁴ (arroz) alface cortada tipo juliana com milho e tomate	442
VEGETARIANO	Feijão preto estufado com tomate com arroz branco	301
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
PÃO	1 Pão de mistura ¹	67

Total (Kcal) 960

TERÇA - FEIRA

Kcal

SOPA	Feijão-verde	77
PRATO	Esparguete ¹ de frango com cenoura / alface, tomate e pepino	603
VEGETARIANO	Esparguete com natas, tofu e cogumelos ^{1,6,7,12} gratinados	366
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
PÃO	1 Pão de mistura ¹	67

Total (Kcal) 1179

QUARTA - FEIRA

Kcal

SOPA	Grão com couve lombarda	208
PRATO	Abrótea ⁴ assada com batata cozida e brócolos	319
VEGETARIANA	Salada de brócolos, batata, cenoura e grão	442
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades) gelatina	66/60
PÃO	1 Pão de mistura ¹	67

Total (Kcal) 1102/1096

QUINTA - FEIRA

Kcal

SOPA	Agrião	76
PRATO	Chili de carne de porco com feijão encarnado com arroz branco (alface, couve roxa e cenoura)	496
VEGETARIANO	Chili de feijões (feijão encarnado, feijão preto e feijão branco) com arroz branco	290
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
PÃO	1 Pão de mistura ¹	67

Total (Kcal) 995

SEXTA - FEIRA

Kcal

SOPA	Nabiças	75
PRATO	Massinhas de peixe (pescada, cotovelinhos, delicias do mar, ervilha e cenoura) Legumes	342
VEGETARIANO	Legumes salteados	302
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
PÃO	1 Pão de mistura ¹	67

Total (Kcal) 852