

SEMANA DE 11 A 15 MAIO

SEGUNDA - FEIRA

Kcal

SOPA	Brócolos	78
PRATO	Almôndegas de aves ^{1,6,12} estufadas com massa fusilli ¹ / alface, cenoura e couve roxa	488
VEGETARIANO	Hambúguer vegetariano no forno com massa fusilli	355
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
PÃO	1 Pão de mistura ¹	67

Total (Kcal) 1054

TERÇA - FEIRA

Kcal

SOPA	Juliana de legumes	75
PRATO	Filetes de pescada ⁴ no forno com limão e cebola arroz de cenoura / alface, tomate e pepino	484
VEGETARIANO	Rollitos primavera no forno com arroz branco	286
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
PÃO	1 Pão de mistura ¹	67

Total (Kcal) 978

QUARTA - FEIRA

Kcal

SOPA	Creme de cenoura	70
PRATO	Rancho de porco ¹ (rojões de porco parte magra, macarronete, grão, cenoura e couve lombarda)	343
VEGETARIANO	Rancho vegetariano ^{1,6} (Tofu, massa macarronete, grão, cenoura e couve lombarda)	306
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
PÃO	1 Pão de mistura ¹	67

Total (Kcal) 852

QUINTA - FEIRA

Kcal

SOPA	Feijão catarino com couve	194
PRATO	Argolas de lulas ^{1,4,14} no forno com arroz de cenoura / alface, milho e tomate	544
VEGETARIANO	Rissois vegetarianos no forno com arroz de cenoura	433
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
PÃO	1 Pão de mistura ¹	67

Total (Kcal) 1304

SEXTA - FEIRA

Kcal

SOPA	Canja de galinha	77
PRATO	Perna de peru estufada com esparguete / alface, pepino e cenoura	411
VEGETARIANO	Bolonhesa de legumes (cogumelos, cenoura, alho francês, lentilhas)	419
SOBREMESA	Fruta da época (mínimo 3 variedades)	66
PÃO	1 Pão de mistura	67

Total (Kcal) 1040