



ementa⁵

Semana de 22 a 26 Janeiro de 2018

			alergéneos (*)	Prot.	HC	Açúc.	Líp.	AG Sat.	Sal	Kcal
2ª-feira	<i>Sopa</i>	creme de feijão verde								
	<i>Prato</i>	massa de atum								
	<i>Salada</i>	cenoura raspada								
	<i>Sobremesa</i>	fruta da época								
	<i>Pão</i>	de mistura								
3ª-feira	<i>Sopa</i>	creme de brócolos e cenoura								
	<i>Prato</i>	arroz de aves [frango e peru]								
	<i>Salada</i>	alface								
	<i>Sobremesa</i>	fruta da época								
	<i>Pão</i>	de mistura								
4ª-feira	<i>Sopa</i>	de couve lombarda								
	<i>Prato</i>	bacalhau com grão, ovo e salada de batata								
	<i>Legumes</i>	<i>incorporados: cenoura</i>								
	<i>Sobremesa</i>	doce								
	<i>Pão</i>	de mistura								
5ª-feira	<i>Sopa</i>	creme de legumes								
	<i>Prato</i>	esparguete à bolonhesa								
	<i>Salada</i>	alface e cenoura								
	<i>Sobremesa</i>	fruta da época								
	<i>Pão</i>	de mistura								
6ª-feira	<i>Sopa</i>	de couve coração								
	<i>Prato</i>	filetes dourados com arroz de cenoura e ervilhas								
	<i>Legumes</i>	<i>incorporados: cenoura e ervilha</i>								
	<i>Sobremesa</i>	doce								
	<i>Pão</i>	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.