



ementa⁷

Semana de 28 de Maio a 1 de Junho de 2018

			alergéneos (*)	Prot.	HC	Açúc.	Líp.	AG Sat.	Sal	Kcal
2ª-feira	Sopa	de brócolos		3,0	12,8	3,5	3,4	0,5	0,2	94,3
	Prato	rissóis de atum no forno com arroz de cenoura	sopa (aipo); rissóis de atum (glúten, ovo, peixe); pão (glúten)	12,1	75,2	3,0	29,2	5,7	2,1	621,2
	Legumes	incorporados: cenoura		1,0	14,6	14,5	0,5	0,1	0,0	65,8
	Sobremesa	fruta da época		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4
	Pão	de mistura								
3ª-feira	Sopa	creme de couve flor e cenoura	sopa (aipo); hambúguer (glúten, soja, sulfitos); cogumelos (sulfitos); massa (glúten); pão (glúten)	3,1	13,0	3,5	3,1	0,4	0,2	93,5
	Prato	hambúguer com cogumelos e massa		33,3	45,2	4,0	12,7	4,0	0,4	432,7
	Salada	alface e cenoura		1,0	14,6	14,5	0,5	0,1	0,0	65,8
	Sobremesa	fruta da época		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4
	Pão	de mistura								
4ª-feira	Sopa	de ervilhas	sopa (aipo); filetes de pescada panados [filetes de pescada, pão ralado (glúten)]; gelatina (sulfitos); pão (glúten)	3,2	13,8	2,8	3,2	0,5	0,2	98,0
	Prato	filetes de pescada panados no forno com arroz de feijão vermelho e couve lombarda		32,1	52,7	2,4	5,6	0,8	0,6	395,3
	Salada	incorporados: couve		0,0	46,0	0,0	0,0	0,0	0,0	184,0
	Sobremesa	gelatina		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4
	Pão	de mistura								
5ª-feira	Sopa									
	Prato	Corpo de Deus								
	Salada									
	Sobremesa									
	Pão									
6ª-feira	Sopa	de legumes	sopa (aipo); massa (glúten); fiambre (soja, leite, sulfitos, ovo, glúten); ovo; gelado (leite); pão (glúten)	4,5	15,6	5,6	3,3	0,5	0,2	110,3
	Prato	massa espiral com pedaços de fiambre e ovo		22,9	44,5	3,6	21,6	6,3	2,7	468,4
	Salada	alface e cenoura raspada		5,4	32,6	32,6	16,4	9,2	0,2	296,4
	Sobremesa	gelado		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4
	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.

