



ementa¹

Semana de 22 a 26 de Abril de 2019

			alergéneos (*)	Prot.	HC	Açúc.	Líp.	AG Sat.	Sal	Kcal
2ª-feira	Sopa Prato Salada Sobremesa Pão	Encerrada								
3ª-feira	Sopa	de brócolos	sopa (aipo);	3,0	12,8	3,5	3,4	0,5	0,2	94,3
	Prato	esparguete à bolonhesa	esparguete (glúten);	31,3	46,8	5,7	8,1	2,2	0,3	389,4
	Salada	cenoura, alface e tomate	carne picada	1,0	14,6	14,5	0,5	0,1	0,0	65,8
	Sobremesa Pão	fruta da época de mistura	(glúten, sulfitos, soja); pão (glúten)	4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4
4ª-feira	Sopa	creme de vegetais		4,5	15,6	5,6	3,3	0,5	0,2	110,3
	Prato	migas de paloco no forno com batata e legumes	sopa (aipo); paloco;	33,9	45,6	6,3	3,9	0,6	5,0	355,2
	Legumes	<i>incorporados: cenoura, ervilha e feijão verde; salada:</i>	gelado (leite); pão	5,4	32,6	32,6	16,4	9,2	0,2	296,4
	Sobremesa Pão	alface e tomate doce (gelado) de mistura	(glúten)	4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4
5ª-feira	Sopa Prato Legumes Sobremesa Pão	Feriado								
6ª-feira	Sopa	de couve flor e cenoura		3,2	13,7	4,1	3,1	0,4	0,2	96,4
	Prato	omelete com fiambre e arroz branco	sopa (aipo); ovo;	11,4	49,8	2,6	8,2	1,8	0,3	324,0
	Salada	alface e tomate	fiambre (soja, leite,	1,0	14,6	14,5	0,5	0,1	0,0	65,8
	Sobremesa Pão	fruta da época de mistura	sulfitos, ovo, glúten); pão (glúten)	4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4

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.

