



ementa²

Semana de 29 de Abril a 3 de Maio de 2019

			alergéneos (*)	Prot.	HC	Açúc.	Líp.	AG Sat.	Sal	Kcal
2ª-feira	Sopa	creme de cenoura		2,3	12,5	3,4	3,2	0,5	0,2	89,0
	Prato	massa à italiana [massa espiral, salsicha, ovo, milho e ervilha]	sopa (aipo); massa (glúten); ovo; salsicha (soja); pão (glúten)	16,7	54,2	0,9	11,3	2,6	0,8	385,2
	Salada	incorporados: milho e ervilha ; salada: alface								
	Sobremesa	fruta da época		1,0	14,6	14,5	0,5	0,1	0,0	65,8
	Pão	de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4
3ª-feira	Sopa	de feijão verde		2,8	15,8	6,2	3,4	0,5	0,2	105,0
	Prato	arroz de cavala	sopa (aipo); atum; pão (glúten)	22,9	49,0	1,9	13,2	1,2	0,9	411,5
	Salada	alface e tomate								
	Sobremesa	fruta da época		1,0	14,6	14,5	0,5	0,1	0,0	65,8
	Pão	de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4
4ª-feira	Sopa									
	Prato	Feriado								
	Salada									
	Sobremesa									
	Pão									
5ª-feira	Sopa	creme de legumes		4,5	15,6	5,6	3,3	0,5	0,2	110,3
	Prato	hambúrguer no forno com massa esparguete	sopa (aipo); hambúrguer (glúten, soja, sulfitos); esparguete (glúten); pão (glúten)	25,4	51,2	4,1	21,0	0,7	0,2	499,9
	Salada	alface e tomate								
	Sobremesa	fruta da época		1,0	14,6	14,5	0,5	0,1	0,0	65,8
	Pão	de mistura		4,1	24,2	0,9	0,6	0,1	0,7	121,4
6ª-feira	Sopa	creme de abóbora		1,7	12,9	3,6	3,2	0,5	0,2	87,3
	Prato	saladinha de batata com pescada e ovo	sopa (aipo, sulfitos); pescada; ovo; queque (glúten, ovo, leite); pão (glúten)	34,3	45,2	5,9	7,8	1,5	0,7	391,4
	Legumes	incorporados: feijão-verde, ervilha e cenoura								
	Sobremesa	doce (queque)		4,0	32,3	16,4	10,9	5,5	0,4	244,2
	Pão	de mistura		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.

