



SEGUNDA - FEIRA Nº II

Kcal

SOPA	Abóbora	82
PRATO	Tesourinhos no forno com arroz ervilhas	227
SALADA	Salada mista	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67


Total (Kcal) 469

TERÇA - FEIRA

SOPA	Espinafres	83
PRATO	Frango estufado com macarronete	331
LEGUMES	Salada	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67

Total (Kcal) 574

QUARTA - FEIRA

SOPA	Camponesa		97
PRATO	Bacalhau com natas		228
SALADA	Salada		57
SOBREMESA	Doce		84
PÃO	pão de mistura		67

Total (Kcal) 533

QUINTA - FEIRA

Kcal

SOPA	Alho Francês	100
PRATO	Chilli com arroz Branco	272
SALADA	Salada mista	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67

Total (Kcal) 532

SEXTA - FEIRA

Kcal

SOPA	Hortaliça		109
PRATO	Massinhas de Peixe		297
SALADA	Legumes		40
SOBREMESA	logurte		89
PÃO	Pão de mistura		67

Total (Kcal) 602

Nota

A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoins, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfitos, 13- Tremoços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.