



SEGUNDA - FEIRA Nº III

Kcal

SOPA	Feijão-verde	86
PRATO	Esparguete à bolonhesa	237
SALADA	Salada	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67

Total (Kcal) 483

TERÇA - FEIRA

SOPA	Legumes	99
PRATO	Bacalhau espiritual	200
SALADA	Legumes	21
SOBREMESA	Doce	84
PÃO	Pão de mistura	67

Total (Kcal) 471

QUARTA - FEIRA

SOPA	Alho francês	100
PRATO	Arroz de Carnes à Salsicheiro	349
SALADA	Salada	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67



Total(Kcal) 609

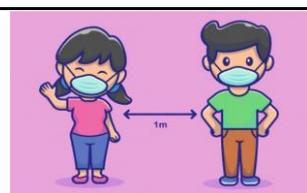
QUINTA - FEIRA

SOPA	Creme de cenoura	84
PRATO	Massada de atum	141
SALADA	Legumes	32
SOBREMESA	Iogurte	89
PÃO	Pão de mistura	67

Total(Kcal) 413

SEXTA - FEIRA

SOPA	Caldo Verde	94
PRATO	Rolo de carne com arroz	302
SALADA	Salada mista	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67



Total (Kcal) 556