



SEGUNDA - FEIRA Nº IV

Kcal

SOPA	Macedónia	106
PRATO	Kissois de pescada com arroz de tomate	332
LEGUMES	Salada	89
SOBREMESA	Fruta	67
PÃO	Pão de mistura	

Total(kcal) 594

TERÇA - FEIRA

SOPA	Creme de legumes	99
PRATO	Frango assado com batata pala pala	438
SALADA	Salada mista	57
SOBREMESA	Fruta	36
PÃO	Pão de mistura	67

Total (Kcal) 697

QUARTA - FEIRA

SOPA	Abóbora com massinhas	87
PRATO	Atum com feijão frade e ovo	297
LEGUMES	Legumes salteados	6
SOBREMESA	Doce	89
PÃO	Pão de mistura	67



Total(Kcal) 546

QUINTA - FEIRA

SOPA	Feijão com hortaliça	118
PRATO	Massa gratinada de carne, cogumelos com espiral	322
LEGUMES	Salada	57
SOBREMESA	Fruta da época	36
PÃO	Pão de mistura	67

Total(Kcal) 600

SEXTA - FEIRA

SOPA	Primavera	87
PRATO	Peixe assado no forno com arroz Primavera	173
SALADA	Legumes	32
SOBREMESA	Iogurte de Aromas	36
PÃO	Pão de mistura	67



Total(Kcal) 395