

	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	02-04-2018	Kcal JI/Eb1	03-04-2018	Kcal JI/Eb1	04-04-2018	Kcal JI/Eb1	05-04-2018	Kcal JI/Eb1	06-04-2018	Kcal JI/Eb1
Sopa	Macedónia (feijão-verde, cenoura, abóbora)	104	Alho francês	109	Espinafres	101	Grão com lombardo	148	Canja com massinha	196
Prato	Almôndegas mistas(vaca e porco) de tomatada	354	Abrótea estufada com tomate e pimento	185	Feijoadinha (carne de porco, cenoura, lombardo guisados)	569	Granadeiro gratinado com espinafres no forno com puré de batata	534	Arroz de aves no forno (frango e peru)	215
1ª Guarnição/Acompanhamento	Massa esparguete, cenoura ralada e milho	411	Batata cozida e couve de bruxelas cozidas	289	Arroz branco	188			Salada de alface e couve roxa	57
Sobremesa	Fruta da época	46	Fruta da época	46	Gelatina	110	Fruta da época	46	Fruta da época	46
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	324	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406
	09-04-2018	Kcal JI/Eb1	10-04-2018	Kcal JI/Eb1	11-04-2018	Kcal JI/Eb1	12-04-2018	Kcal JI/Eb1	13-04-2018	Kcal JI/Eb1
Sopa	Creme de cenoura	91	Creme de legumes (alho francês, cenoura e couve flôr)	112	Feijão com nabiça	167	Abóbora com massinha	161	Lombardo e cenoura ralada	100
Prato	Arroz de atum	663	Perna de frango guisada com cenoura aos cubos	203	Filetes de alabote no forno	197	Bolonhesa de carne (vaca e porco) com massa espiral	612	Palmeta estufada	207
2ª Guarnição/Acompanhamento	Salada de alface e cenoura ralada	56	Esparguete, couve roxa e pepino	388	Batata e feijão verde salteado	277	Salada de alface e cenoura ralada	56	Arroz de cenoura e brócolos salteados	395
Sobremesa	Fruta da época	46	Fruta da época	46	Gelado	261	Fruta da época	46	Fruta da época	46
Lanche	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com chourição, sumo DI e uma fruta	324	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406
	16-04-2018	Kcal JI/Eb1	17-04-2018	Kcal JI/Eb1	18-04-2018	Kcal JI/Eb1	19-04-2018	Kcal JI/Eb1	20-04-2018	Kcal JI/Eb1
Sopa	Abóbora com ervilhas	118	Couve Portuguesa	103	Espinafres	101	Couve flôr e feijão verde	103	Grão com lombardo	148
Prato	Rolo de carne (vaca e porco) no forno	220	Massada de granadeiro com delicias do mar	476	Feijão guisado com cogumelos e legumes (cenoura,brócolos,courgete)	291	Pescada cozida	180	Perna de frango assada	279
3ª Guarnição/Acompanhamento	Arroz e salada de alface e milho	402	Salada de tomate	56	Arroz branco	188	Batata cozida, cenoura e brócolos	291	Espiral e salada de tomate	379
Sobremesa	Fruta da época	46	Gelatina	110	Fruta da época	46	Iogurte de aroma	89	Fruta da época	46
Lanche	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348	Pão de mistura com chourição, iogurte de aromas e uma fruta	324	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348
	23-04-2018	Kcal JI/Eb1	24-04-2018	Kcal JI/Eb1	25-04-2018	Kcal JI/Eb1	26-04-2018	Kcal JI/Eb1	27-04-2018	Kcal JI/Eb1
Sopa	Creme de couve flor e cenoura	106	Grão com espinafres	149			Lombardo	100	Cenoura	91
Prato	Massinha de atum	524	Cubinhos de porco estufados	303	FERIADO		Panadinhos de frango no forno	299	Saladinha de grão com bacalhau e ovo cozido ralado (batata, cenoura)	589
4ª Guarnição/Acompanhamento	Salada de cenoura e pepino	56	Arroz de ervilhas, salada de alface e couve roxa	402			Arroz branco, salada de beterraba e pepino	384	Salada de alface	50
Sobremesa	Fruta da época	46	Fruta da época	46			Fruta da época	46	Pudim flan	134
Lanche	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348			Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com manteiga, leite simples DI e uma fruta	348
	30-04-2018	Kcal JI/Eb1		Kcal JI/Eb1		Kcal JI/Eb1		Kcal JI/Eb1		Kcal JI/Eb1
Sopa	Feijão verde	99								
Prato	Hamburguer misto (vaca e porco) no forno	215								
5ª Guarnição/Acompanhamento	Esparguete e salada de alface e tomate	384								
Sobremesa	Fruta da época	46								
Lanche	Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406								

A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 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.**

