

	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	04/12/2017	Kcal JI/EB	05/12/2017	Kcal JI/EB	06/12/2017	Kcal JI/EB	07/12/2017	Kcal JI/EB	08/12/2017	Kcal JI/EB
Sopa	Feijão verde	89	Canja com massinhas	150/189	Nabiça	100	Espinafres	149		109
Prato	Perna de peru estufada com tomate	137/166	Pescada à gomes sá	287/324	Carne de porco estufada	191/239	Douradinhos de peixe no forno	202	FERIADO	
Guarnição/Acom panhamento	Arroz de ervilhas, salada de alface e couve roxa	350/456	Salada de tomate e oregãos	52	Esparguete, salada de alface e cenoura ralada	412/519	Arroz de tomate e alface	440/546		
Sobremesa	Fruta da época	60	logurte aroma	89	Fruta da época	60	Gelatina	110		
	11/12/2017	Kcal JI/EB	12/12/2017	Kcal JI/EB	13/12/2017	Kcal JI/EB	14/12/2017	Kcal JI/EB	15/12/2017	Kcal JI/EB
Sopa	Creme de vegetais	99	Creme de abóbora com coentros	93	Caldo verde	100	Creme de ervilhas	95	Alho francês	187
Prato	Hamburguer de vaca no forno	117/146			Arroz de aves (frango e peru)	642/778	Abrótea assada com cebolada	96/110	Frango assado	120/161
Guarnição/Acom panhamento			Bacalhau gratinado (batata palha e molho bechamel)	647/735					Arroz de manteiga, batata pála e salada de alface e cenoura ralada	521/679
Sobremesa	Fruta da época	60	logurte de aromas	89	Fruta da época	60	Gelatina	110	Fruta da época	60
					Salada de tomate e milho	91	Batata, cenoura e brócolos	250/267		
	18/12/2017	Kcal JI/EB	19/12/2017	Kcal JI/EB	20/12/2017	Kcal JI/EB	21/12/2017	Kcal JI/EB	22/12/2017	Kcal JI/EB
Sopa	Agrião	90	Feijão com lombardo	204	Alho francês	97	Espinafres	87	Creme de cenoura com massinhas	166
Prato	Esparguete à bolonhesa (porco e vaca)	538/584	Arroz de atum	564/712	Jardineira de Frango (batata, cenoura, ervilhas e feijão verde)	340/398	Salada de salmão (massa espiral, cenoura, milho e ervilhas)	703/860	Perna de peru estufada com cenoura em cubos e ervilhas	158/188
Guarnição/Acom panhamento	Salada de alface e milho	78	Salada de alface e cenoura ralada	54	Feijão verde cozido	55	Salada de alface	49	Arroz branco e salada de tomate e oregãos	437/542
Sobremesa	Fruta da época	60	Madalena	190	Fruta da época	60	logurte de aromas	89	Fruta da época	60
	25/12/2017	Kcal JI/EB	26/12/2017	Kcal JI/EB	27/12/2017	Kcal JI/EB	28/12/2017	Kcal JI/EB	29/12/2017	Kcal JI/EB
Sopa			Courgetes com cubinhos de cenoura	91	Feijão verde	89	Creme de legumes	110	Grão com espinafres	100
Prato	FERIADO		Cardinal no forno	115/134	Carne porco estufada	191/239	Saladinha de pescada (batata, cenoura, feijão verde e milho)	299/334	Frango assado	120/161
Guarnição/Acom panhamento			Arroz de cenoura, salada de alface e beterraba	445/550	Esparguete e salada de tomate e pepino	415/522	Salada de alface	49	Massa espiral e salada de tomate e oregãos	399/503
Sobremesa			Gelatina	110	Fruta da época	60	logurte aromas	89	Fruta da época	60

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendins, 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.**