



UNISELF

SEMANA 3

	DESCRIÇÃO	Kcal
SEGUNDA	SOPA	Cenoura com nabiças 177
	PRATO	Hambúrguer de vaca no forno com esparguete 464
	VEGETARIANO	Favas guisadas com legumes 338
	SALADA	Salada/Legumes 27/29
	SOBREMESA	Fruta da época 58
	BEBIDA	Água
	TERÇA	SOPA
PRATO		Arroz de atum 751
VEGETARIANO		Arroz de ervilhas e legumes 499
SALADA		Salada/Legumes 27/29
SOBREMESA		Gelatina/fruta da época 115/58
BEBIDA		Água
QUARTA		SOPA
	PRATO	Carne de porco à jardineira 859
	VEGETARIANO	Jardineira de soja 767
	SALADA	Salada/Legumes 27/29
	SOBREMESA	Fruta da época 58
	BEBIDA	Água
	QUINTA	SOPA
PRATO		Bacalhau à Brás 662
VEGETARIANO		Alho francês à Brás 577
SALADA		Salada/Legumes 27/29
SOBREMESA		Fruta da época 58
BEBIDA		Água
SEXTA		SOPA

PRATO	Arroz à valenciana	846
VEGETARIANO	Empadão de arroz com lentilhas	485
SALADA	Salada/Legumes	27/29
SOBREMESA	Fruta da época	58
BEBIDA	Água	

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergênicos: 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- Tremeços, 14- Moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são inofensivas. **Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.**

Atenção: A Ementa Vegetariana deverá ser solicitada com uma semana de antecedência!