

Semana de 09 a 13 de março de 2020

	DESCRIÇÃO	Kcal
SEGUNDA	SOPA	Sopa à Lavrador (Feijão Encarnado, couve, cenoura e massa)
	PRATO	Pastéis de bacalhau com arroz de tomate
	VEGETARIANO	Lasanha de espinafres e soja
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
TERÇA	SOPA	Canja
	PRATO	Carne à morangó (carne de vaca estufada com cenoura baby) com puré de batata
	VEGETARIANO	Salada Russa com macedónia, grão de bico e favas
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUARTA	SOPA	Creme de couve flor com alho francês
	PRATO	Macarrão de atum gratinado, ovo cozido, feijão frade e cenoura
	VEGETARIANO	Arroz de ervilhas e legumes (arroz, ervilhas, tomate e pimentos)
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água
QUINTA	SOPA	Sopa de ervilhas e abóbora
	PRATO	Costoletas estufadas com massa tricolor
	VEGETARIANO	Cuscus de legumes, milho e feijão frade
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Gelatina ou fruta da época
	BEBIDA	Água
SEXTA	SOPA	Peixe
	PRATO	Salmão assado com salada russa
	VEGETARIANO	Seitan à jardineira (batatas, cenoura, ervilhas, feijão frade e molho de tomate)
	SALADA	Salada/Legumes
	SOBREMESA	Fruta da época
	BEBIDA	Água

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 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.