

	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira	
	<b>03-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>04-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>05-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>06-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>07-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1
<b>Sopa</b>	Cenoura e feijão verde	99	Feijão com lombardo	187	Alho francês	109	Creme de Ervilhas c/ Coentros	109	Nabiça	104
<b>Prato</b>	Hamburguer misto (vaca e porco) no forno	190	Pescada estufada com ervas provençaise	243	Perú assado com alecrim	277	Granadeiro à Gomes de Sá (batata cozida aos cubos e ovo cozido)	400	Carne de porco aos cubinhos guisada com ervilhas	260
<b>1ª Guarnição/Acompanhamento</b>	Arroz branco, batata pala-pála, e salada mista	573	Massa cotovelinhos, beterraba e pepino	298	Arroz amarelo com cenoura, ervilhas, e salada de alface	401	Salada de couve roxa e tomate	63	Macarronete e cenoura ralada	379
<b>Sobremesa</b>	Gelado	204	Fruta da Época	46	Fruta da Época	46	Fruta da Época	46	Fruta da Época	46
<b>Lanche</b>	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 chouriço, 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
	<b>10-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>11-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>12-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>13-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>14-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1
<b>Sopa</b>			Curgete e brócolos	105	Creme de Vegetais (courgete, cenoura e alho francês)	119	Couve Flor	100	Feijão c/ nabiça	183
<b>Prato</b>	FERIADO		Esparguete à bolonhesa (vaca, porco)	658	Salada de granadeiro, batata, cenoura, feijão verde e milho	312	Carne de porco estufada com feijão catarino, lombardo e cenoura	684	Cação de tomatada com oregãos	197
<b>2ª Guarnição/Acompanhamento</b>			Salada de alface e beterraba	52			Arroz branco		Massa cotovelinhos e salada de tomate e milho	409
<b>Sobremesa</b>			Fruta da Época	46	Gelatina	110	Fruta da Época	46	Fruta da Época	46
<b>Lanche</b>			Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406	Pão de mistura com chouriço, 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
	<b>17-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>18-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>19-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>20-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>21-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1
<b>Sopa</b>	Cenoura c/ Lombardo	100	Curgete e feijão verde	104	Grão com espinafres	248			Creme de ervilhas	109
<b>Prato</b>	Tortilha de carnes (batata cozida, ervilhas, milho, porco e frango)	688	Arroz de cavala com cenoura ralada	672	Perna de frango assada	279	FERIADO		Almôndegas (vaca, porco) Estufadas	354
<b>3ª Guarnição/Acompanhamento</b>	Salada de alface	50	Salada de couve roxa	52	Esparguete e salada mista	373			Arroz de cenoura e salada tomate	385
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	46	Fruta da Época	46	Fruta da Época	46			Gelado	204
<b>Lanche</b>	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 chouriço, sumo DI e uma fruta	324			Pão de mistura com queijo, iogurte de aromas e uma fruta	406
	<b>24-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>25-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>26-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>27-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1	<b>28-06-2019</b>	Kcal Ji/Eb1
<b>Sopa</b>	Abóbora c/ Massinhas	182	Macedónia (nabo, cenoura e feijão verde)	116	Creme de cenoura	91	Courgete e couve flor	100	Feijão com cenoura aos cubos	177
<b>Prato</b>	Douradinhos de Pescada no Forno	342	Jardineira de Porco (batata, cenoura e feijão verde)	532	Arrozinho de bacalhau c/ delícias do mar e coentros	558	Perna de frango no forno c/ molho de cogumelos	282	Granadeiro estufado com cenoura	192
<b>4ª Guarnição/Acompanhamento</b>	Arroz de tomate e cenoura ralada	355	Salada de beterraba e pepino	55	Salada de couve roxa e tomate	63	Massa espiral e salada de alface	372	Batata cozida e brócolos	283
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	46	Fruta da Época	46	Iogurte de aromas	89	Fruta da Época	46	Fruta da Época	46
<b>Lanche</b>	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 chouriço, 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

A refeição contém ou pode conter os seguintes alérgenos: 1- Cereais que contém glúten, 2- Crustáceos, 3- Ovos, 4- Peixe, 5- Amendoiños, 6- Soja, 7- Leite, 8- Frutos de casca rija, 9- Aipo, 10- Mostarda, 11- Sementes de sésamo, 12- Dióxido de enxofre e sulfítos, 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.

