

22 a 26 de novembro de 2021

Geral			V. Energético
Segunda	Sopa	Creme de legumes ⁹	120
	Prato	Barrinhas de pescada ^{1,2,4,14} no forno	398
	Guarnição	Arroz de feijão	226
	Vegetariana	Rissóis de tofu ^{1,3,6,12} com arroz de feijão	647
	Salada	Alface, tomate e cenoura ralada	98
	Sobremesa	Fruta*	75

			V. Energético
Terça	Sopa	Couve coração e cenoura	89
	Prato	Febras de porco estufadas	242
	Guarnição	Massa fusilli ¹	143
	Vegetariana	Massa fusilli ¹ com bolonhesa de Lentilhas e cenoura	412
	Salada	Alface, pepino e couve roxa	104
	Sobremesa	Fruta* ou Fruta assada	75/78

			V. Energético
Quarta	Sopa	Feijão branco com espinafres	115
	Prato	Bacalhau fresco à Gomes de Sá ^{3,4}	359
	Guarnição	Incorporado no prato	-
	Vegetariana	Salada de grão com legumes	430
	Salada	Beterraba, pepino e tomate	105
	Sobremesa	Fruta*	44

			V. Energético
Quinta	Sopa	Creme de alho francês	94
	Prato	Perna de peru assada/ estufada com tomilho	241
	Guarnição	Esparguete ¹	143
	Vegetariana	Cogumelos estufados com ervilhas, cenoura e lombardo	225
	Salada	Cenoura, couve roxa e tomate	107
	Sobremesa	Fruta* ou Leite Creme ⁷	75/242

			V. Energético
Sexta	Sopa	Brócolos	95
	Prato	Arroz de pescada/ tintureira ⁴ com coentros	362
	Guarnição	Incorporado no prato	-
	Vegetariana	Arroz de tomate lentilhas, milho e rebentos de soja	435
	Salada	Alface, beterraba e milho	154
	Sobremesa	Fruta*	75

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.

* - Sobremesa tem 3 variedades de fruta em simultâneo.