

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira				
		01-06-2021	Kcal JI/Eb1	02-06-2021	Kcal JI/Eb1	03-06-2021	Kcal JI/Eb1	04-06-2021	Kcal JI/Eb1
Sopa		Brócolos	80	Couve coração e grão de bico	113			Creme de cenoura	76
Prato		Hamburguer (vaca e porco) ^{1,6,12} no forno	215	Bacalhau escamudo ⁴ no forno com alecrim e batata	272	FERIADO		Granadeiro ⁴ estufado com coentros e macarronete ¹	255
8ª Guarnição/Acompanhamento		Arroz e batata pála-pála, salada de alface e cenoura	770	Salada de tomate e alface	57			Salada de alface e tomate	57
Sobremesa		Gelado ⁷	148	Fruta da Época	44			Fruta da Época	44
Lanche		Pão de mistura com manteiga ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	291	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça de fruta	266			Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça fruta	266
		07-06-2021	Kcal JI/Eb1	08-06-2021	Kcal JI/Eb1	09-06-2021	Kcal JI/Eb1	10-06-2021	Kcal JI/Eb1
Sopa		Creme de abóbora ¹²	60	Espinafres ¹²	60	Creme de legumes(cenoura, curraete, alho francês) ¹²	91		
Prato		Almôndegas estufadas ^{1,6,12}	240	Arroz de cavala ⁴ , curgete, tomate, cebola e pimento	376	Tortilha de legumes (batata, ovo, feijão verde, milho, cenoura, pimento e salsa) ³	271	FERIADO	
1ª Guarnição/Acompanhamento		Massa espiral ¹ cozida, salada de cenoura e milho	193	Salada de tomate e alface	57				Couve lombarda e feijão branco ¹²
Sobremesa		Fruta da Época	44	Gelado ⁷	148	Fruta da Época	44		Rancho de frango (grão, couve, macarronete) ¹
Lanche		Pão de mistura com doce ou marmelada, iogurte aromas ^{1,3,7}	278/289	Pão de mistura com manteiga ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	291	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça de fruta	266		Fruta da Época
									Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça fruta
		14-06-2021	Kcal JI/Eb1	15-06-2021	Kcal JI/Eb1	16-06-2021	Kcal JI/Eb1	17-06-2021	Kcal JI/Eb1
Sopa		Creme de alho francês e abóbora ¹²	77	Brócolos ¹²	79	Creme de curgete e feijão branco ¹²	81	Alface ¹²	64
Prato		Salada de feijão frade com batata atom ⁴ e ovo ³	519	Rolo de carne (vaca e porco) ^{1,6,12} no forno	211	Granadeiro ⁴ no forno, batata, cenoura, ervilhas e milho	329	Salteado de peru com alho francês e tomilho	149
2ª Guarnição/Acompanhamento		Salada de beterraba e tomate	72	Esparguete ¹ , salada de alface e cenoura	166	Salada de tomate e pepino	56	Arroz de cenoura, salada de alface e couve roxa	202
Sobremesa		Fruta da Época	44	Fruta da Época	44	Fruta da Época	44	Fruta da Época	44
Lanche		Pão de mistura com doce ou marmelada, iogurte aromas ^{1,3,7}	278/289	Pão de mistura com manteiga ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	291	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça de fruta	266	Pão de mistura com queijo ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	266
									Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça fruta
		21-06-2021	Kcal JI/Eb1	22-06-2021	Kcal JI/Eb1	23-06-2021	Kcal JI/Eb1	24-06-2021	Kcal JI/Eb1
Sopa		Creme de cenoura e abóbora ¹²	70	Espinafres ¹²	60	Legumes (brócolos, c.flôr, cenoura) ¹²	97	Camponesa (feijão, lombardo e batata) ¹²	87
Prato		Bolonhesa de carne de vaca com esparguete ^{1,6,12}	298	Paloco ⁴ , ovo ³ , batata e grão cozido	368	Perna de frango no forno com tomilho e alecrim	272	Filetes de abrótea ⁴ no forno com oreãos	213
3ª Guarnição/Acompanhamento		Salada de alface e pepino	56	Couve lombarda e cenoura salteada	69	Massa espiral ¹ , cenoura e c.roxa	175	Arroz de tomate, alface e pepino	190
Sobremesa		Fruta da Época	44	Fruta da Época	44	Fruta da Época	44	Leite creme ⁷	80
Lanche		Pão de mistura com doce ou marmelada, iogurte aromas ^{1,3,7}	278/289	Pão de mistura com manteiga ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	291	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça de fruta	266	Pão de mistura com queijo ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	266
									Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça fruta
		28-06-2021	Kcal JI/Eb1	29-06-2021	Kcal JI/Eb1	30-06-2021	Kcal JI/Eb1		
Sopa		Creme de ervilhas ¹²	73	Couve lombardo ¹²	81	Creme de alho francês e grão ¹²	107		
Prato		Filetes de cavala ⁴ em cebolada com arroz de milho	385	Massa espiral gratinada de frango, cogumelos, alho francês e brócolos ^{1,7,12}	487	Lombinhos de pescada ⁴ estufados com batata e jardineira de legumes	463		
4ª Guarnição/Acompanhamento		Salada de cenoura e tomate	58	Salada de alface e beterraba	72				
Sobremesa		Fruta da Época	44	Fruta da Época	44	Gelatina	110		
Lanche		Pão de mistura com doce ou marmelada, iogurte aromas ^{1,3,7}	278/289	Pão de mistura com manteiga ^{1,7} e leite simples DI ^{1,7}	291	Bolacha Maria D.I, iogurte aromas ^{1,3,7} e uma peça de fruta	243		

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