

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira						
			01-12-2021	Kcal Ji/Eb1	02-12-2021	Kcal Ji/Eb1	03-12-2021	Kcal Ji/Eb1			
6ª	Sopa				Feijão verde	65	Alface	71			
	Prato			FERIADO	Lentilhas guisadas com arroz de cenoura	349	Massa espiral ¹ com feijão catarino estufado, milho e cenoura	388			
	Guarnição/Acompanhamento				Salada de alface e couve roxa	67					
	Sobremesa				Fruta da época	44	Fruta da época	44			
	06-12-2021	Kcal Ji/Eb1	07-12-2021	Kcal Ji/Eb1	08-12-2021	Kcal Ji/Eb1	09-12-2021	Kcal Ji/Eb1			
7ª	Sopa	Creme legumes (couve branca, espinafres e curgete)	138	Couve coração e cenoura	80		Alho francês	73	Brócolos	80	
	Prato	Bolonhesa de soja com esparguete ^{1,6}	285	Salada de batata, grão, cebola, couve coração e cenoura	323	FERIADO	Arroz de feijão vermelho	391	Favas estufadas com batata, cenoura e feijão verde	274	
	Guarnição/Acompanhamento	Salada de alface e cenoura	59				Salada de alface e pepino	56			
	Sobremesa	Fruta da época	44	Fruta da época	44		Fruta da época	46	Fruta da época	44	
	13-12-2021	Kcal Ji/Eb1	14-12-2021	Kcal Ji/Eb1	15-12-2021	Kcal Ji/Eb1	16-12-2021	Kcal Ji/Eb1	17-12-2021	Kcal Ji/Eb1	
8ª	Sopa	Creme de alho francês	89	Caldo verde	78	Purê de curgete	74	Purê de feijão branco c/ espinafres	67	Couve-flôr	82
	Prato	Arroz de milho com lombardo e alho francês	216	Massa ¹ de cenoura, feijão vermelho e cogumelos ¹² , alho francês e brócolos	392	Lentilhas estufadas com tomate, milho, batata e feijão verde	340	Grão de bico em tomatada, macarronete ¹ , curgete e alho francês	361	Arroz de feijão branco e couve coração	396
	Guarnição/Acompanhamento	Salada de cenoura e milho	87	Salada de tomate e alface	57			Salada de tomate e pepino	56	Salada de alface e cenoura	59
	Sobremesa	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44
	20-12-2021	Kcal Ji/Eb1	21-12-2021	Kcal Ji/Eb1	22-12-2021	Kcal Ji/Eb1	23-12-2021	Kcal Ji/Eb1	24-12-2021	Kcal Ji/Eb1	
1ª	Sopa	Creme de curgete	82	Espinafres	60	Alho francês	81	Purê de cenoura	68	Couve coração e feijão manteiga	100
	Prato	Arroz de ervilhas com milho e cogumelos ¹²	279	Salada de batata e feijão frade cozidos com cebola e salsa	366	Massa macarronete com cenoura e grão de bico ¹	328	Arroz de feijão branco e alho francês	401	Massa guisada com cenoura, ervilhas e couve-flor ¹	227
	Guarnição/Acompanhamento	Salada de tomate e pepino	56	Brócolos e cenoura salteados	73	Couve coração cozida	56	Salada de alface e tomate	57	Salada de alface e cenoura	59
	Sobremesa	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44
	27-12-2021	Kcal Ji/Eb1	28-12-2021	Kcal Ji/Eb1	29-12-2021	Kcal Ji/Eb1	30-12-2021	Kcal Ji/Eb1	31-12-2021	Kcal Ji/Eb1	
2ª	Sopa	Purê de abóbora com ervilhas	61	Couve coração	72	Creme de alface	64	Feijão-verde	57	Cenoura e couve branca	91
	Prato	Massa macarronete com cenoura e feijão ¹	363	Arroz primavera (ervilhas, milho e cenora) com cogumelos ¹²	325	Salada de batata, grão de bico, cebola, feijão verde e salsa	323	Massa esparguete com cenoura, feijão catarino e brócolos ¹	381	Arroz de lentilhas, milho e cogumelos ¹²	349
	Guarnição/Acompanhamento	Salada de pepino e milho	81			Salada de alface e cenoura	59	Tomate e cenoura ralada	58	Salada de alface e tomate	57
	Sobremesa	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44	Fruta da época	44

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.**



*Esta ementa pode ser alterada por motivos imprevistos