

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	
					01/04/2022	
		Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	
7 ^a	Sopa				Lombardo e cenoura ralada ¹² 81	
	Prato				Favas estufadas com batata, cenoura e feijão verde 274	
	Guarnição/Acompanhamento				Fruta da época 44	
	Sobremesa					
	04/04/2022	05/04/2022	06/04/2022	07/04/2022	08/04/2022	
	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	
8 ^a	Sopa	Creme de ervilhas ¹² 73	Couve lombardo ¹² 81	Creme de alho francês e grão ¹² 107	Curgete e cenoura ¹² 74	Couve branca ¹² 74
	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	Fruta da época 44	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
	11/04/2022	12/04/2022	13/04/2022	14/04/2022	15/04/2022	
	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	
1 ^a	Sopa	Creme de cenoura 76	Espinafres e grão de bico 114	Creme de couve-flor e abóbora 86	Feijão verde 65	
	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	FERIADO
	Guarnição/Acompanhamento	Salada de tomate e pepino 56	Brócolos e cenoura salteados 73	Couve coração cozida 56	Salada de alface e tomate 57	
	Sobremesa	Fruta da época 44	Fruta da época 44	Fruta da época 44	Fruta da época 44	
	18/04/2022	19/04/2022	20/04/2022	21/04/2022	22/04/2022	
	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	
2 ^a	Sopa	Creme legumes (couve branca, espinafres e curgete) 138	Couve coração e cenoura 80	Couve lombardo e feijão branco 107	Creme de alho francês 81	Brócolos 80
	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	Fruta da época 44	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
	25/04/2022	26/04/2022	27/04/2022	28/04/2022	29/04/2022	
	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	Kcal J/Eb1	
3 ^a	Sopa	Caldo verde 78	Creme de curgete 82	Espinafres 67	Couve-flor 82	
	Prato	FERIADO	Salada de batata, cenoura, ervilhas, cebola e salsa 233	Estufado de couve lombarda, cenoura, feijão catarino e arroz 458	Empadão de lentilhas 316	Massinha com curgete, cenoura, ervilhas, grão e coentros ¹ 304
	Guarnição/Acompanhamento	Salada de alface e tomate 57	Fruta da época 44	Fruta da época 44	Feijão verde salteado 58	Fruta da época 44
	Sobremesa	Fruta da época 44	Fruta da época 44	Fruta da época 44	Fruta da época 46	Fruta da época 44

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- 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.