

E M E N T A Semana de 02 a 06 de setembro de 2024

2ª FEIRA

Sopa	Feijão Verde	*
Prato	Tirinhas de Galinha com Salteado de Espirais	*
Opção		*
Vegetariana		*
Acompanhamento		*
Sobremesa	Fruta da Época	*

3ª FEIRA

Sopa	Repolho	*
Prato	Pasteis de Bacalhau com Arroz de Cenoura	*
Opção		*
Vegetariana		*
Acompanhamento		*
Sobremesa	Fruta da Época	*

4ª FEIRA

Sopa	Cenoura e Courgette	*
Prato	Strogonoff de Porco com Esparguete	*
Opção		*
Vegetariana		*
Acompanhamento		*
Sobremesa	Gelatina / Fruta da época	*

5ª FEIRA

Sopa	Brocolos e Favas	*
Prato	Salsichas Alemãs	*
Opção	Atum com Molho de Tomate	*
Vegetariana	Feijão Vermelho com Cogumelos e Repolho	*
Acompanhamento	Arroz / Esparguete / Chocrute	*
Sobremesa	Fruta da Época	*

6ª FEIRA

Sopa	Penca e Cenoura	*
Prato	Panados de Porco	*
Opção	Lombinhos de Pescada no Forno	*
Vegetariana	Couscous de Legumes e Cogumelos	*
Acompanhamento	Massa / Arroz / Cenourinhas	*
Sobremesa	Bolo de logurte / Fruta da época	*

Notas (*):

Saladas Variadas (Alface, Tomate e Cenoura) ao dispor para todos os pratos

O valor calórico médio das sopas é 157 Kcal

O valor calórico médio da fruta da época é 62 Kcal

O valor calórico médio das sobremesas doces é 193 Kcal

Os valores calóricos do prato e opção contemplam um acompanhamento