

DE 03 A 07 DE NOVEMBRO DE 2025

DIA	PRATO	ALMOÇO	ALERGÉNEOS	KCAL
2ª FEIRA	Sopa	Alho francês com feijão verde	-	86
	Prato	Almôndegas estufadas com esparguete salpicado de ervilhas	Glúten, Soja, Sulfitos	278
	Vegetariano	Hambúrguer de quinoa com molho de tomate com esparguete	Glúten Soja	311
	Salada	Alface, cenoura e tomate	-	19
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
3ª FEIRA	Sopa	Nabo com cenoura e couve-lombarda	-	96
	Prato	Figurinhas de pescada com arroz de tomate e pimento	Glúten, Peixe	338
	Vegetariano	Salada de 3 feijões com batata, cenoura e feijão verde	-	349
	Salada	Couve roxa, pimento e tomate	-	28
	Sobremesa	Pudim ou Fruta da época (3 variedades)	Leite/-	156
4ª FEIRA	Sopa	Feijão branco com nabiças	-	108
	Prato	Carne de porco e frango estufado com grão-de-bico, lombardo, cenoura, e macarrão)	Glúten	459
	Vegetariano	Jardineira de soja (soja , batata, cenoura e ervilhas)	Soja	330
	Salada	Alface, beterraba e cenoura ralada	-	35
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
5ª FEIRA	Sopa	Abóbora com couve branca	-	87
	Prato	Pescada assada com batata cozida	Peixe	
	Vegetariano	Arroz de leguminosas (favas) com legumes (curgete, pimento e alho francês)	-	346
	Salada	Milho, pepino e tomate	-	45
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	-	44
6ª FEIRA	Sopa	Caldo verde	-	78
	Prato	Arroz de aves no forno	Soja	705
	Vegetariano	Rancho vegetariano (grão, cenoura, couve e massa de cotovelos)	Glúten	29
	Salada	Alface, couve roxa e tomate	-	28
	Sobremesa	Iogurte ou Fruta da época (3 variedades)	Leite/-	89/44

Nota: A refeição contém ou pode conter os seguintes alergéneos: 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.**