

**SEMANA DE 26 FEVEREIRO A 01 MARÇO**

**Kcal**

<b>SOPA</b>	Abóbora com massinhas	<b>119</b>
<b>PRATO</b>	Frango estufado e arroz branco	<b>645</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Soja fina estufada e arroz de cenoura	<b>561</b>
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (Mín. 3 variedades)	<b>76</b>
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura	<b>121</b>

**Total (Kcal) 1522**

**TERÇA-FEIRA**

<b>SOPA</b>	Alho-francês	<b>123</b>
<b>PRATO</b>	Massinhas de peixe com legumes (pescada , cotovelinhos, ervilhas e cenoura)	<b>354</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Massa siciliana (estufado de grão, alho francês e tomate com esparguete)	<b>456</b>
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (Min.3 variedades) Doce	<b>76</b>
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura	<b>121</b>

**Total (Kcal) 1130**

**QUARTA - FEIRA**

<b>SOPA</b>	Couve-flor com cenoura	<b>107</b>
<b>PRATO</b>	Perna de porco assada/ estufada e arroz / Salada	<b>575</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Estufado de ervilhas, cenoura, milho e esparguete	<b>477</b>
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (Min.3 variedades)	<b>76</b>
<b>PÃO</b>	1 pão de mistura	<b>121</b>

**Total (Kcal) 1356**

**QUINTA - FEIRA**

**Kcal**

<b>SOPA</b>	Camponesa	<b>86</b>
<b>PRATO</b>	Salada russa de peixe (abrótea, batata, cenoura, ervilhas, e ovo ripado)	<b>446</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Salada russa de legumes	<b>491</b>
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (Min.3 variedades) logurte de aromas	<b>76/89</b>
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura	<b>121</b>

**Total (Kcal) 1240/1253**

**SEXTA - FEIRA**

**Kcal**

<b>SOPA</b>	Creme de cenoura	<b>95</b>
<b>PRATO</b>	Empadão de carne em arroz / Salada	<b>520</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Hamburguer vegetariano com arroz de milho	<b>502</b>
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (Min.3 variedades)	<b>76</b>
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura	<b>121</b>

**Total (Kcal) 1314**

**Nota**  
 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- Alpo, 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.