

**SEMANA DE 11 A 15 MAIO**

**Kcal**

<b>SOPA</b>	Creme de cenoura	<b>95</b>
<b>PRATO</b>	Douradinhos no forno com arroz de ervilhas / Salada	<b>715</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Lentilhas estufadas com arroz de ervilhas	<b>439</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) 1446**

**TERÇA - FEIRA**

<b>SOPA</b>	Juliana	<b>95</b>
<b>PRATO</b>	Perna de peru estufada e massa esparguete / Salada	<b>499</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Massa com estufado de legumes e cogumelos	<b>177</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) 968**

**QUARTA - FEIRA**

<b>SOPA</b>	Ervilhas	<b>99</b>
<b>PRATO</b>	Meia desfeita de bacalhau (bacalhau, batata, grão, cenoura e ovo ripado) Legumes	<b>658</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Salada de batata, grão, cenoura e ovo	<b>491</b>
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (Min.3 variedades) Doce	<b>76/89</b>
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura	<b>121</b>

**Total(Kcal) 1268/1281**

**QUINTA - FEIRA**

<b>SOPA</b>	Alho-francês	<b>123</b>
<b>PRATO</b>	Feijoada (carne porco, aves, feijão, couve e arroz branco / Lombardo	<b>594</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Feijoada vegetariana (soja grossa e legumes com arroz)	<b>325</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) 1239**

**SEXTA - FEIRA**

<b>SOPA</b>	Primavera	<b>111</b>
<b>PRATO</b>	Massinhas de peixe (pescada, ervilhas, cenoura e massa cotovelinhos) Legumes	<b>373</b>
<b>VEGETARIANO</b>	Estufado de cogumelos e legumes e cotovelinhos (cenoura, ervilhas e curgete)	<b>599</b>
<b>SOBREMESA</b>	Fruta da época (Min. 3 variedades) logurtes de aromas	<b>76</b>
<b>PÃO</b>	1 Pão de mistura	<b>121</b>

**Total(Kcal) 1280**