

			alergéneos (*)	Prot.	HC	Açúc.	Líp.	AG Sat.	Sal	Kcal
2ª-feira	Sopa	creme de legumes		20,7	28,6	5,1	1,8	0,2	0,2	161,4
DIA	Prato	massa de atum com cenoura e feijão verde estufados	sopa (aipo); massa (glúten); atum	16,0	40,2	3,8	7,4	0,6	0,6	290,3
27	Sobremesa	fruta da época		1,0	14,5	14,3	0,4	0,1	0,0	65,7
3ª-feira	Sopa	Carnaval								
DIA	Prato									
28	Sobremesa									
4ª-feira	Sopa	creme de vegetais		20,7	28,6	5,1	1,8	0,2	0,2	161,4
DIA	Prato	arroz de peixe com cenoura aos cubos e salada mista (alface e cenoura)	peixe	16,3	22,9	3,1	1,9	0,2	0,3	175,7
1	Sobremesa	fruta da época		1,0	14,5	14,3	0,4	0,1	0,0	65,7
5ª-feira	Sopa	creme de couve flôr		6,8	21,5	4,6	1,8	0,2	0,2	130,7
DIA	Prato	salsichas com cogumelos e arroz de ervilhas	salsichas (soja); cogumelos (sulfites)	9,0	41,5	2,3	9,8	2,8	1,4	293,9
2	Sobremesa	fruta da época		1,0	14,5	14,3	0,4	0,1	0,0	65,7
6ª-feira	Sopa	de nabo		7,2	23,0	6,3	1,9	0,2	0,2	139,0
DIA	Prato	tesourinhos no forno com massa esparguete de cenoura	tesourinhos (glúten, peixe); massa (glúten); iogurte (leite)	15,7	47,2	3,4	8,7	0,2	0,2	332,8
3	Sobremesa	iogurte de aromas		5,1	12,6	12,6	2,0	1,1	0,2	88,7

Prot.=Proteína (g) / HC= Hidrato de Carbono (g) / Açúc.=Açúcares (g) / Líp.=Lípidos (g) / AG Sat.=Ácidos Gordos Saturados (g) / Kcal=Valor Energético / Sal (g)

NOTA (*):

Se não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são inofensivas.

Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador.

A declaração nutricional apresenta-se em função da capitação prevista para c

