

Semana de 02 a 06 de setembro de 2019

Almoço (Adultos)

		EMENTA	Alergêneos (*)	VE (Kj)	VE (Kcal)	Lípidos (g)	Dos quais Ac. gordos saturados (g)	Hidratos de Carbono (g)	Dos quais Açúcares (g)	Proteínas (g)	Sal (g)	
2ª		Almoço de acolhimento										
3ª	Sopa	Couve lombarda		1083	266	3,5	0,5	45,8	5,1	10	0,1	
	Prato	Frango com cerveja e batata frita	Glúten	2765	661	18,0	3,0	58,1	3,9	64,9	0,7	
	Dieta	Frango assado ao natural, esparguete e couve-flor cozida	Glúten	2506	599	11,5	2,3	53,1	5,0	69,4	0,8	
	Vegetariana	Salada vegetariana (ananás, alface, queijo , ovo cozido, milho, cogumelos e massa)	Leite, Ovo, Sulfitos, Glúten	2009	480	15	4,1	58,9	11,4	25,4	0,9	
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) / Gelatina		288/552	69/130	0,5/-	0,1/-	15,4/29,3	15,2/29	1/3,2	0/1,2	
4ª	Sopa	Caldo verde / Gaspacho		959	229	3,1	0,4	43,2	3,4	5,9	0,1	
	Prato	Petinga com arroz de feijão	Peixe, Glúten, Ovo	3403	813	22,8	3,9	91,1	0,6	58,8	0,7	
	Dieta	Perca na chapa, batata, couve-flor e cenoura cozida	Peixe	2520	602	17,9	4,5	63,1	8,5	45,5	0,8	
	Vegetariana	Hamburguer de espinafres com arroz de feijão	Soja, Sulfitos, Glúten, Ovo	3427	819	30,6	4,0	113,6	0,3	19,0	0,1	
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		288	69	0,5	0,1	15,4	15,2	1,0	0	
5ª	Sopa	Creme de cenoura com ervilhas		939	224	3,4	0,5	40	4,6	7,5	0,2	
	Prato	Favas com entrecosto	Soja	3498	836	42,3	13,0	49,2	7,9	63,8	2,5	
	Dieta	Peito de peru estufado simples com arroz e couve-de-bruxelas cozidas		199	478	8,8	1,5	58,5	3,1	39,5	0,3	
	Vegetariana	Lasanha de legumes	Glúten, Ovo, Leite	1859	444	10,4	3,1	71,6	9,1	14,3	0,3	
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)		288	69	0,5	0,1	15,4	15,2	1,0	0	
6ª	Sopa	Canja	Glúten	472	102	4,3	1,0	8,3	1,4	7,4	0,1	
	Prato	Pescada à Zé do pipo	Peixe, Leite, Ovo	2651	633	22,8	3,6	60,3	6,1	45,1	0,9	
	Dieta	Pescada cozida com batata e grelos	Peixe	2050	491	7,1	1,0	60,6	6,1	44,4	0,6	
	Vegetariana	Empadão de legumes (arroz) com soja	Soja	1974	469	3,9	0,6	75,6	4,4	31,6	0,3	
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) / Arroz doce	Leite	288/1449	69/346	0,5/5,6	0,1/1,8	15,4/67,7	15,2/44,9	1,0/6,5	0/0,1	

Ementa sujeita a alteração por motivos imprevistos