



		10 agosto a 14 agosto	Kcal	Alergêneos
2ª FEIRA	Sopa dieta	Creme de abóbora	74	-
	Prato dieta	Hambúrguer grelhado com esparguete e couve-flor	390	Glúten
	Sopa	Creme de abóbora	74	-
	Prato	Esparguete à bolonhesa com salada de alface e tomate	663	Glúten
	Sobremesa	Fruta da época	70	-
	Lanche	Leite simples + pão mistura com manteiga	264	Leite e lactose e seus derivados, glúten
3ª FEIRA	Sopa dieta	Creme de cebola	80	-
	Prato dieta	Pescada cozida com batata cozida e feijão verde	252	Peixe
	Sopa	Feijão com couve lombarda	196	-
	Prato	Massinha de pesacda com salada de alface e tomate	505	Peixe, glúten
	Sobremesa	Pudim	70	-
	Lanche	logurte de aromas + pão de água com fiambre	243 a 258	Leite e lactose e seus derivados, glúten
4ª FEIRA	Sopa dieta	Creme de cebola	80	-
	Prato dieta	Bife de frango grelhado com arroz branco couve -flor	342	-
	Sopa	Espinafres	87	-
	Prato	Bife de frango com arroz branco e salada de alface e cenoura ralada	403	-
	Sobremesa	Fruta da época	70	-
	Lanche	Sumo de fruta + pão de mistura com queijo	221 a 239	Leite e lactose e seus derivados, glúten
5ª FEIRA	Sopa dieta	Creme de couve-flor	112	-
	Prato dieta	Carapau grelhado com batata cozida e cenoura	303	Peixe
	Sopa	Alho francês	88	-
	Prato	Bacalhau à Gomes de Sá com salada de tomate e milho	500	Peixe, ovo
	Sobremesa	Fruta da época	70	-
	Lanche	logurte de aromas + pão de água com compota ou marmelada	210 a 235	Leite e lactose e seus derivados, glúten
6ª FEIRA	Sopa dieta	Creme de cenoura	76	-
	Prato dieta	Bife de frango grelhado com arroz branco e couve-flor	342	-
	Sopa	Agrião	78	-
	Prato	Strogonoff de frango com arroz branco e salada de alface e cenoura ralada	748	Leite e lactose e seus derivados
	Sobremesa	Fruta da época	70	-
	Lanche	Leite simples ou achocolatado + bolacha Maria + 1 peça de fruta	276 a 302	Glúten, leite e lactose e seus derivados, soja, sulfitos, sementes de sésamo