

LAR

SEMANA DE 19 DE SETEMBRO A 23 DE SETEMBRO DE 2016

JANTAR

Segunda	
Prato	Massa espirais com frango e salada de alface e cenoura ¹
Dieta	Massa espirais com frango ao natural e salada de alface e cenoura ¹
Sobremesa	Banana
Terça	
Prato	Cavala cozida com batata e couve cozida ⁴
Dieta	Cavala cozida com batata e couve cozida ⁴
Sobremesa	Maçã
Quarta	
Prato	Pescada no forno com arroz e couve cozida ^{4,12}
Dieta	Pescada no forno com arroz e couve cozida ^{4,12}
Sobremesa	kiwi
Quinta	
Prato	Arroz de abrótea com feijão-verde cozido ⁴
Dieta	Arroz de abrótea com feijão-verde cozido ⁴
Sobremesa	Pêra
Sexta	
Prato	Pá de porco assado com batata assada e alface e tomate ¹²
Dieta	Pá de porco assado ao natural com batata assada e alface e tomate ¹²
Sobremesa	Laranja
Sábado	
Prato	Salada de atum com batata, ervilha, cenoura e ovo ^{3,4}
Dieta	Salada de atum com batata, ervilha, cenoura e ovo ^{3,4}
Sobremesa	Pêssego
Domingo	
Prato	Paloco assado com batata a murro ⁴
Dieta	Paloco assado com batata a murro ⁴
Sobremesa	Maçã

Aprovado por: Ursula Fernandes 14/09/2016

1001-2016.08

Alimentos que provocam alergias ou intolerâncias: 1. Cereais que contêm glúten; 2. Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 3. Ovos e produtos à base de ovos; 4. Peixes e produtos à base de peixe; 5. Amendoins e produtos à base de amendoins; 6. Soja e produtos à base de soja 7. Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 8. Frutos de casca rijia 9. Aipo e produtos à base de aipo; 10. Mostarda e produtos à base de mostarda; 11. Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremeço e produtos à base de tremeço; 14. Moluscos e produtos à base de moluscos.