



## EMENTA SEMANAL

06 a 10 de novembro 2017

<b>Segunda-feira (06-11-17)</b>		<b>V Calórico</b>
Sopa	Espinafres	88,2 Kcal
Prato	Medalhões de pescada no forno	489,6 Kcal
Guarnição	Incluído no prato (batata)	
Vegetais	Salada alface, beterraba e milho	15,9 Kcal
Sobremesa	Fruta da época*	77 Kcal
Pão	Pão de mistura	121,5 Kcal
		Valor calórico do almoço: 792,2 Kcal
<b>Terça-feira (07-11-17)</b>		<b>V Calórico</b>
Sopa	Creme de abóbora	91,2 Kcal
Prato	Perna de peru estufada	499,5 Kcal
Guarnição	Massa laços	
Vegetais	Salada de tomate, pepino e couve roxa	12,3 Kcal
Sobremesa	Fruta da época*	77 Kcal
Pão	Pão de mistura	121,5 Kcal
		Valor calórico do almoço: 801,5 Kcal
<b>Quarta-feira (08-11-17)</b>		<b>V Calórico</b>
Sopa	Feijão verde	95,4 Kcal
Prato	Filetes pescada no forno	499,5 Kcal
Guarnição	arroz	
Vegetais	Salada de alface, cenoura e milho	12,3 Kcal
Sobremesa	Fruta da época*	77 Kcal
Pão	Pão de mistura	121,5 Kcal
		Valor calórico do almoço: 805,7 Kcal
<b>Quinta-feira (09-11-17)</b>		<b>V Calórico</b>
Sopa	Juliana	177,7 Kcal
Prato	Ervilhas com ovos	294,4 Kcal
Guarnição	Incluído no prato	
Vegetais	Salada alface, pepino e rúcula	13,7 Kcal
Sobremesa	Fruta da época*	77 Kcal
Pão	Pão de mistura	121,5 Kcal
		Valor calórico do almoço: 684,3 Kcal
<b>Sexta-feira (10-11-17)</b>		<b>V Calórico</b>
Sopa	Agrião	85,2 Kcal
Prato	Lulas estufadas	377,8 Kcal
Guarnição	Puré de batata	
Vegetais	Salada de alface, tomate e cenoura	13,7 Kcal
Sobremesa	Fruta da época*	77 Kcal
Pão	Pão de mistura	121,5 Kcal
		Valor calórico do almoço: 598,2 Kcal

31 de Outubro de 2017

A Diretora