

Semana 15

16 a 17 dedezembro

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcares (g)	Proteínas (g)	Sal (g)		
Segunda-Feira	Sopa	Creme de alho-francês com couve-flor ¹²									EI
	Prato	Rolo de carne ^{1,6,12} no forno com massa espiral ¹									EI
	Salada	Cenoura, ervilha e milho									EI
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)									EI
	Pão	Pão de mistura ¹									
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.									
Terça-Feira	Sopa	Espinafres com cenoura ¹²									EI
	Prato	Salada de peixe ⁴ com batata									EI
	Salada	Alface, pepino e tomate									EI
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) / fruta cozida									EI
	Pão	Pão de mistura ¹									
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.									
Quarta-Feira	Sopa										
	Prato										
	Salada	Férias									
	Sobremesa										
	Pão										
Quinta-Feira	Sopa										
	Prato										
	Salada	Férias									
	Sobremesa										
	Pão										
Sexta-Feira	Sopa										
	Prato										
	Salada	Férias									
	Sobremesa										
	Pão										