

Semana 7

15 a 19 de fevereiro

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcares (g)	Proteínas (g)	Sal (g)		
Segunda-Feira	Sopa										
	Prato										
	Salada	Carnaval									
	Sobremesa										
	Pão										
Terça-Feira	Sopa										
	Prato										
	Salada	Carnaval									
	Sobremesa										
	Pão										
Quarta-Feira	Sopa										
	Prato										
	Salada	Carnaval									
	Sobremesa										
	Pão										
Quinta-Feira	Sopa	Cenoura com couve ripada ¹²	380.3	90.9	1.5	0.2	17.1	8.1	2.4	0.2	FI
	Prato	Salsichas de soja ^{1,3,6} com massa esparguete ¹	1757.2	422.8	23.6	2.7	30.6	2.4	21.6	2.5	FI
	Salada	Alface, cenoura e milho	280.0	67.1	0.8	0.0	11.3	3.2	3.8	0.1	FI
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	313.6	74.9	0.5	0.2	16.5	16.3	1.1	0.0	FI
	Pão	Pão de mistura ¹	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								
Sexta-Feira	Sopa	Grão-de-bico com nabo ¹²	439.6	105.1	1.9	0.2	19.7	8.3	2.4	0.3	FI
	Prato	Legumes (curgete, cenoura e cogumelos ¹²) à Espiritual ¹ com batata	913.9	218.4	7.7	1.2	29.9	7.6	6.8	0.4	FI
	Salada	Couve, curgete e brócolos	214.7	51.3	0.5	0.1	7.6	7.2	4.4	0.1	FI
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) / gelatina ¹²	313,6/ 372,3	74,9/ 89,0	0,5/ 0,0	0,2/ 0,0	16,5/ 0,0	16,3/ 0,0	1,1/ 22,2	0,0/ 0,0	FI
	Pão	Pão de mistura ¹	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								