EMENTA











4	
~	
н	
ш	
T	
4	

. შ





5.

₩,	A CO
ľ	The same
ľ	

|--|

Ш	
Y	
	CONTRACTOR OF THE PARTY OF THE
•	
	S +



	SEMANA 3	Kca	VE	Lípi	AG	HC	Açú	Pro	Sal
Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾⁽¹²⁾⁽¹³⁾	197	824	1	0	41	1	6	0,9
Sopa	Creme de legumes ⁽⁹⁾	29	121	1	0	3	1	1	0,1
Prato	Almôndegas vegetarianas $^{(1)(6)(9)(10)(11)(13)}$, com massa (tagliatelle), molho de tomate $^{(1)(6)(10)}$ e legumes salteados $^{(1)(9)(10)(11)}$	86	361	1	0	13	2	5	0,1
Dieta do dia	Frango corado com massa ⁽¹⁾ e legumes salteados ⁽¹⁾⁽⁹⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾	125	521	5	1	11	1	8	0,1
Sobremesa	Fruta da época	39	163	0	0	8	8	0	0
Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾⁽¹²⁾⁽¹³⁾	197	824	1	0	41	1	6	0,9
Sopa	Sopa de cenoura e curgete	32	133	1	0	4	1	1	0,1
Prato	Bacalhau à Gomes de Sá (batata, ovo e cebola) ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁹⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾⁽¹³⁾ com grão e salada de alface e tomate	94	393	2	0	8	1	10	0,8
Dieta do dia	Medalhão de pescada corada no forno ⁽²⁾⁽⁴⁾⁽¹⁴⁾ com batata e legumes	81	339	2	0	9	1	7	0,1
Sobremesa	Fruta da época	39	163	0	0	8	8	0	0
Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾⁽¹²⁾⁽¹³⁾	197	824	1	0	41	1	6	0,9
Sopa	Creme de ervilhas	42	176	1	0	7	0	1	0,2
Prato	Arroz de pato ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽¹³⁾ com salada de alface, cenoura e pepino	143	600	5	1	15	0	9	0,4
Dieta do dia	Cubinhos de frango salteados com cenoura, arroz e salada	127	530	5	1	12	1	7	0,1
Sobremesa	Fruta da época	39	163	0	0	8	8	0	0
Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾⁽¹²⁾⁽¹³⁾	197	824	1	0	41	1	6	0,9
Sopa	Sopa de nabiças	32	134	2	0	4	1	1	0,1
Prato	Salada de salmão com massa <i>fusilli</i> tricolor, ervilhas, milho e cenoura ⁽¹⁾⁽²⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽⁹⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾⁽¹⁴⁾	148	621	8	0	12	1	7	0,1
Dieta do dia	Salmão corado ⁽²⁾⁽⁴⁾⁽¹⁴⁾ com batata cozida e legumes cozidos	128	537	7	0	9	1	7	0,1
Sobremesa	Pudim ⁽⁷⁾	93	389	1	1	19	15	2	0
Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾⁽¹²⁾⁽¹³⁾	197	824	1	0	41	1	6	0,9
Sopa	Creme de feijão com couve-portuguesa ⁽¹³⁾	59	248	1	0	8	1	3	0,1
Prato	Tirinhas de peru com cogumelos ⁽¹⁾⁽⁶⁾⁽⁹⁾⁽¹⁰⁾⁽¹¹⁾ e arroz branco com salada de alface, cenoura e beterraba	81	337	0	0	18	1	2	0,1
Dieta do dia	Tirinhas de peru simples com arroz e salada	78	325	1	0	14	1	2	0,2

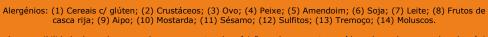


Sobremesa

Fruta da época



0



39