

SEMANA DE 05/12/2011 A 09/12/2011

		kcal
<b>SEGUNDA - FEIRA</b> <b>05-Dezembro</b>		
SOPA		183,0
PRATO		762,0
PÃO		68,0
SOBREMESA		146,0
<b>PRIMAVERA</b>		
<b>MASSINHA DE PEIXE (filetes) COM DELÍCIAS DO MAR E CENOURA RALADA</b>		
<b>PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)</b>		
<b>PUDIM DE BAUNILHA</b>		
		kcal
<b>TERÇA - FEIRA</b> <b>06-Dezembro</b>		
SOPA		111,0
PRATO		667,0
PÃO		68,0
SOBREMESA		130,0
<b>ESPINAFRES</b>		
<b>CARNE DE PORCO ASSADA COM ARROZ DE TOMATE E COUVE-FLOR COZIDA</b>		
<b>PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)</b>		
<b>PÊSSEGO EM CALDA</b>		
		kcal
<b>QUARTA - FEIRA</b> <b>07-Dezembro</b>		
SOPA		125,0
PRATO		617,0
PÃO		68,0
SOBREMESA		96,0
<b>NABIÇA</b>		
<b>MEIA DESFEITA DE BACALHAU (migas, ovo, batata, grão) COM SALADA DE TOMATE</b>		
<b>PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)</b>		
<b>MAÇÃ GOLDEN</b>		
		kcal
<b>QUINTA - FEIRA</b> <b>08-Dezembro</b>		
SOPA		125,0
PRATO		617,0
PÃO		68,0
SOBREMESA		96,0
<b>FERIADO</b>		
		kcal
<b>SEXTA - FEIRA</b> <b>09-Dezembro</b>		
SOPA		225,0
PRATO		622,0
PÃO		68,0
SOBREMESA		60,0
<b>FEIJÃO BRANCO COM ABÓBORA</b>		
<b>TORTILHA DE FIAMBRE E LEGUMES (ovo, fiambre, batata, ervilhas, cogumelos, cenoura)</b>		
<b>PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)</b>		
<b>KIWI</b>		
		kcal

FRUTA NAO REPETIDA DURANTE A SEMANA

**GESTÃO DE QUALIDADE**



SEMANA DE 12/12/2011 A 16/12/2011

kcal

**SEGUNDA - FEIRA**

**12-Dezembro**

SOPA	CREME DE BRÓCOLOS	163,0
PRATO	ESPARGUETE À BOLONHESA (vaca e soja) COM COUVE ROXA SALTEADA	611,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	IOGURTE	83,0

**TERÇA - FEIRA**

**13-Dezembro**

SOPA	CREME DE ALHO FRANCÊS	141,0
PRATO	CALDEIRADA DE PEIXE (pota, tintureira, fogonero, batata, pimento, cenoura)	502,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	PURÉ DE MAÇÃ E CANELA	79,0

**QUARTA - FEIRA**

**14-Dezembro**

SOPA	CREME DE ALFACE	137,0
PRATO	RANCHO (porco, frango, lombardo, grão, cenoura, macarronete)	820,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	PÊRA	71,0

**QUINTA - FEIRA**

**15-Dezembro**

SOPA	FEIJÃO BRANCO E COUVE PORTUGUESA	220,0
PRATO	ARINCA NO FORNO EM MOLHO DE LEITE E ALHO, ARROZ E FEIJÃO VERDE	603,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	LARANJA	84,0

**SEXTA - FEIRA**

**16-Dezembro**

SOPA	CREME DE LEGUMES	125,0
PRATO	FRANGO ASSADO COM BATATA FRITA PÁLA E SALADA DE ALFACE	712,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	GELATINA	84,0

FRUTA NAO REPETIDA DURANTE A SEMANA

**GESTÃO DE QUALIDADE**



SEMANA DE 19/12/2011 A 21/10/2011

SOPA	PRATO	PÃO	SOBREMESA		kcal
<b>SEGUNDA - FEIRA</b>					
<b>19-Dezembro</b>					
<b>COUVE-FLOR</b> <b>ARROZ DE ATUM COM SALADA DE ALFACE</b> <b>PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)</b> <b>MAÇÃ STARKING</b>					
				108,0	
				592,0	
				68,0	
				75,0	
<b>TERÇA - FEIRA</b>					
<b>20-Dezembro</b>					
<b>GRÃO COM ESPINAFRES</b> <b>ROTI DE PERU ASSADO COM ESPARGUETE E SALADA DE TOMATE</b> <b>PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)</b> <b>CLEMENTINA</b>					
				232,0	
				640,0	
				68,0	
				80,0	
<b>QUARTA - FEIRA</b>					
<b>21-Dezembro</b>					
<b>CALDO VERDE</b> <b>BACALHAU GRATINADO (espinafres, cenoura ralada, batata cozida, molho branco)</b> <b>PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)</b> <b>ARROZ DOCE</b>					
				152,0	
				584,0	
				68,0	
				181,0	
<b>QUINTA - FEIRA</b>					
<b>22-Dezembro</b>					
<b>NABIÇA</b> <b>COZIDO SIMPLES (porco, frango, lombardo, cenoura, batata, arroz)</b> <b>PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)</b> <b>PÊRA</b>					
				125,0	
				451,0	
				68,0	
				71,0	
<b>SEXTA - FEIRA</b>					
<b>23-Dezembro</b>					
<b>FEIJÃO ENCARNADO</b> <b>FILETES DE PESCADA DE CEBOLADA COM ARROZ E BRÓCOLOS</b> <b>PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)</b> <b>KIWI</b>					
				227,0	
				603,0	
				68,0	
				60,0	

FRUTA NAO REPETIDA DURANTE A SEMANA

**GESTÃO DE QUALIDADE**

SEMANA DE 26/12/2011 A 30/12/2011

kcal

**SEGUNDA - FEIRA**  
**26-Dezembro**

SOPA	JULIANA	114,0
PRATO	ALMÔNDEGAS DE VACA ESTUFADAS COM ESPARGUETE E SALADA DE ALFACE	602,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	LARANJA	84,0

**TERÇA - FEIRA**

**27-Dezembro**

SOPA	GRÃO COM CENOURA	220,0
PRATO	PESCADA EM MOLHO DE TOMATE COM BATATA ASSADA E FEIJÃO VERDE	762,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	GELATINA	84,0

**QUARTA - FEIRA**

**28-Dezembro**

SOPA	ALHO FRANCÊS	125,0
PRATO	CARIL DE FRANGO COM ARROZ E SALADA MISTA (couve-roxa e tomate)	538,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	MAÇÃ GOLDEN	96,0

**QUINTA - FEIRA**

**29-Dezembro**

SOPA	COUVE-FLOR	108,0
PRATO	SALADA DE PEIXE (filetes, batata, ervilhas, cenoura)	589,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	PÉRA	71,0

**SEXTA - FEIRA**

**30-Dezembro**

SOPA	ABÓBORA	148,0
PRATO	ARROZ DE AVES COM SALADA DE TOMATE	605,0
PÃO	PÃO DE MISTURA MEIO SAL (25g)	68,0
SOBREMESA	PURÉ DE MAÇÃ E CANELA	79,0

FRUTA NAO REPETIDA DURANTE A SEMANA

**GESTAO DE QUALIDADE**

