

			alergêneos (*)	Prot.	HC	Açúc.	Líp.	AG Sat.	Sal	Kcal
2ª-feira	Sopa	creme de cenoura		2,1	14,1	5,3	1,1	0,2	0,3	75,5
	Prato	nuggets de frango no forno com arroz de cenoura	sopa (aipo); nuggets (glúten, ovo, mostarda, aipo); (iogurte	10,6/ 11,4	33,9/ 41,9	2,0/ 2,0	10,9/ 12,9	1,4/ 1,7	0,6/ 0,6	279,1/ 333,3
	Salada	alface, tomate e milho	(leite); pão	0,7	9,4	9,3	0,3	0,0	0,0	42,5
	Sobremesa	fruta da época	(glúten); queijo	2,3	13,5	0,5	0,4	0,1	0,4	67,5
	Pão	de mistura	(leite, ovo)	12,3/ 13,8	29,1/ 29,1	16,1/ 16,1	5,0/ 5,7	2,6/ 3,0	1,1/ 1,2	208,1/ 220,4
<b>LANCHE</b>		iogurte sólido + pão de mistura com queijo								
3ª-feira	Sopa	de curgete		2,5	13,1	4,5	1,2	0,2	0,2	74,5
	Prato	pescada à Gomes de Sá [pescada, ovo e batata]	sopa (aipo); pescada; ovo;	23,4/ 27,8	23,8/ 28,6	3,7/ 4,2	7,5/ 10,3	1,4/ 1,9	0,4/ 0,5	258,0/ 320,6
	Legumes	incorporados: cenoura, ervilha e feijão-verde	pão (glúten); leite; fiambre de aves (leite, soja)	0,7	9,4	9,3	0,3	0,0	0,0	42,5
	Sobremesa	fruta da época		2,3	13,5	0,5	0,4	0,1	0,4	67,5
	Pão	de mistura		9,9	23,3	10,3	5,1	2,4	0,8	179,3
<b>LANCHE</b>		leite simples mg + pão de mistura com fiambre de frango								
4ª-feira	Sopa	de couve coração e feijão frade		4,5	16,2	5,1	1,2	0,2	0,2	95,8
	Prato	perú estufado com massa espiral	sopa (aipo); massa (glúten);	29,6/ 31,8	19,0/ 27,1	3,4/ 3,7	8,5/ 10,8	2,2/ 2,5	0,5/ 0,5	270,8/ 332,1
	Salada	cenoura, alface e beterraba	pão (glúten); queijo (leite, ovo); iogurte	0,7	9,4	9,3	0,3	0,0	0,0	42,5
	Sobremesa	fruta da época	(leite)	2,3	13,5	0,5	0,4	0,1	0,4	67,5
	Pão	de mistura		7,5/ 9,0	22,9/ 22,9	9,8/ 9,8	2,8/ 3,5	1,2/ 1,6	0,8/ 0,9	147,0/ 159,3
<b>LANCHE</b>		fruta da época + pão de mistura com queijo								
5ª-feira	Sopa	creme de legumes [alho francês, couve flor, feijão verde e cenoura]	sopa (aipo); petinga frita	5,9	16,2	7,7	1,5	0,2	0,3	100,7
	Prato	petinga frita com arroz malandrino de tomate	[petinga, farinha (glúten)];	12,5/ 15,2	25,7/ 33,6	2,1/ 2,1	11,1/ 16,1	2,3/ 3,2	0,4/ 0,4	255,2/ 343,0
	Salada	pepino, cenoura e milho	gelatina (sulfatos); pão	11,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	45,4
	Sobremesa	gelatina	(glúten); fiambre	2,3	13,5	0,5	0,4	0,1	0,4	67,5
	Pão	de mistura	de aves (leite, soja)	13,6	13,5	0,5	0,4	0,1	0,4	112,9
<b>LANCHE</b>		sumo 100% fruta + pão de mistura com fiambre de Perú								
6ª-feira	Sopa	de feijão-verde		2,6	13,9	4,8	1,2	0,2	0,2	77,7
	Prato	ranchos de carnes [carne de vaca, carne de porco, grão-de-bico e massa macarronete]	sopa (aipo); massa (glúten);	19,2/ 26,3	21,9/ 31,5	4,2/ 5,1	6,7/ 10,0	1,5/ 2,1	0,2/ 0,3	224,8/ 322,4
	Legumes	incorporados: couve lombarda, cenoura e repolho	pão (glúten); leite; queijo	0,7	9,4	9,3	0,3	0,0	0,0	42,5
	Sobremesa	fruta da época	(leite, ovo)	2,3	13,5	0,5	0,4	0,1	0,4	67,5
	Pão	de mistura		13,4/ 14,9	33,3/ 33,3	20,3/ 20,3	4,7/ 5,4	2,4/ 2,8	1,1/ 1,2	228,7/ 241,0
<b>LANCHE</b>		leite achocolatado m/g+ pão de mistura com queijo								

NOTA (\*):

Se não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são inofensivas; Para uma informação adicional, deve solicitar esclarecimentos junto de um colaborador; A declaração nutricional apresenta-se em função da captação prevista para cada dose individual. É disponibilizada fruta da época como alternativa ao doce.



#### Dia Internacional das Pessoas com Deficiência

Esta celebração realiza-se desde 1998, ano em que a Organização das Nações Unidas avançou com a convenção sobre os direitos das pessoas com deficiência.

"Todas as pessoas nascem livres e iguais em dignidade e direitos. São dotadas de razão e consciência e devem agir em relação umas às outras com espírito de fraternidade."

Declaração Universal dos Direitos Humanos