

SEMANA DE 02 A 06 DE FEVEREIRO

1ºCICLO E JI

SEGUNDA-FEIRA // 02 DE FEVEREIRO

Pão de mistura - Alergénios: contém glúten // **SOPA** | Creme de cenoura

PRATO | Arroz de ervilhas e brócolos salteados com hambúrguer de frango no forno - Alergénios: contém glúten

VEGETARIANO | Massa cotovelinhos gratinada com espinafre, couve-flor, queijo e salada mista - Alergénios: contém glúten, lactose

SOBREMESA | Fruta da época

LANCHE | Pão com manteiga e batido de fruta - Alergénios: contém glúten, lactose

TERÇA-FEIRA // 03 DE FEVEREIRO

Pão de mistura - Alergénios: contém glúten // **SOPA** | Aveludado de legumes

PRATO | Salada de batata, cenoura, ervilhas e peixe com salada de alface e beterraba – Alergénios: pescado

VEGETARIANO | Chili vegetariano com arroz - Alergénios: contém soja

SOBREMESA | “Surpresa verde” – Bolo de agrião - Alergénios: contém glúten, lactose, ovos

LANCHE | Pão com queijo e leite - Alergénios: contém glúten, lactose

QUARTA-FEIRA // 04 DE FEVEREIRO

Pão de mistura - Alergénios: contém glúten // **SOPA** | Feijão catarino com hortaliça

PRATO | Massa espiral com brócolos, cenoura aos cubos, ovo, queijo e salada de alface - Alergénios: contém glúten, lactose, ovo

VEGETARIANO | Massa espiral com brócolos, cenoura aos cubos, ovo, queijo e salada de alface - Alergénios: contém glúten, lactose, ovo

SOBREMESA | Fruta da época

LANCHE | Pão com fiambre de aves e leite - Alergénios: contém glúten, lactose

QUINTA-FEIRA // 05 DE FEVEREIRO

Pão de mistura - Alergénios: contém glúten // **SOPA** | Creme de espinafres

PRATO | Arroz de atum com salada de alface e tomate - Alergénios: contém glúten, pescado

VEGETARIANO | Arroz de ervilhas com ovo mexido e salada de alface e cenoura - Alergénios: contém ovos

SOBREMESA | Fruta da época

LANCHE | Iogurte com pão com manteiga e palitos de cenoura - Alergénios: contém glúten, lactose

SEXTA-FEIRA // 06 DE FEVEREIRO

Pão de mistura - Alergénios: contém glúten // **SOPA** | Legumes

PRATO | Massa macarronete com cenoura ralada e frango desfiado acompanhado com salada de alface - Alergénios: contém glúten

VEGETARIANO | Lasanha de legumes com salada de alface e tomate - Alergénios: contém glúten, lactose

SOBREMESA | Fruta da época

LANCHE | Delicia de aveia com banana - Alergénios: contém glúten, lactose