

Ementa Semanal 2

De 04/03/19 A 10/03/19

CerciPeniche

ALMOÇO		JANTAR		
SEGUNDA FEIRA				
Feijão verde	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>157,8kcal - Prot:3,2g - Lip:5,4g - HC:21,5g AGS:0,9g - Açúcares:7,6g - Sal:2,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>745,8kcal - Prot:22,7g - Lip:40,3g - HC:84,8g AGS:1,9g - Açúcares:5,7g - Sal:4,3g</div></div></div></div>	SOPA	Feijão verde	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>157,8kcal - Prot:3,2g - Lip:5,4g - HC:21,5g AGS:0,9g - Açúcares:7,6g - Sal:2,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>750,6kcal - Prot:37,1g - Lip:40,6g - HC:50,7g AGS:6,6g - Açúcares:6,4g - Sal:3,3g</div></div></div></div>
Bifanas de cebolada com arroz de cenoura e salada	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>604,8kcal - Prot:19,8g - Lip:29,3g - HC:57,9g AGS:1,0g - Açúcares:2,7g - Sal:4,3g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>	GERAL	Douradinhos no forno com salada camponesa	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>750,6kcal - Prot:37,1g - Lip:40,6g - HC:50,7g AGS:6,6g - Açúcares:6,4g - Sal:3,3g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
Bife de cebolada com arroz de cenoura e salada	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>604,8kcal - Prot:19,8g - Lip:29,3g - HC:57,9g AGS:1,0g - Açúcares:2,7g - Sal:4,3g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>	DIETA	Douradinhos no forno com salada camponesa	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>750,6kcal - Prot:37,1g - Lip:40,6g - HC:50,7g AGS:6,6g - Açúcares:6,4g - Sal:3,3g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>	SOBREMESA	Gelatina	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
TERÇA FEIRA - CARNAVAL				
Juliana	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>146,5kcal - Prot:4,8g - Lip:5,5g - HC:26,1g AGS:0,9g - Açúcares:5,2g - Sal:2,1g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>493,4kcal - Prot:28,4g - Lip:11,1g - HC:53,3g AGS:1,1g - Açúcares:3,7g - Sal:2,4g</div></div></div></div>	SOPA	Juliana	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>146,5kcal - Prot:4,8g - Lip:5,5g - HC:26,1g AGS:0,9g - Açúcares:5,2g - Sal:2,1g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>493,4kcal - Prot:28,4g - Lip:11,1g - HC:53,3g AGS:1,1g - Açúcares:3,7g - Sal:2,4g</div></div></div></div>
Peixe de sequinho	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>493,4kcal - Prot:28,4g - Lip:11,1g - HC:53,3g AGS:1,1g - Açúcares:3,7g - Sal:2,4g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>493,4kcal - Prot:28,4g - Lip:11,1g - HC:53,3g AGS:1,1g - Açúcares:3,7g - Sal:2,4g</div></div></div></div>	GERAL	Empadão de carne com salada de cenoura	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>625,5kcal - Prot:27,9g - Lip:37,0g - HC:38,8g AGS:12,7g - Açúcares:3,5g - Sal:2,7g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>625,5kcal - Prot:27,9g - Lip:37,0g - HC:38,8g AGS:12,7g - Açúcares:3,5g - Sal:2,7g</div></div></div></div>
Peixe de sequinho	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>493,4kcal - Prot:28,4g - Lip:11,1g - HC:53,3g AGS:1,1g - Açúcares:3,7g - Sal:2,4g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>493,4kcal - Prot:28,4g - Lip:11,1g - HC:53,3g AGS:1,1g - Açúcares:3,7g - Sal:2,4g</div></div></div></div>	DIETA	Empadão de carne com salada de cenoura	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>625,5kcal - Prot:27,9g - Lip:37,0g - HC:38,8g AGS:12,7g - Açúcares:3,5g - Sal:2,7g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>625,5kcal - Prot:27,9g - Lip:37,0g - HC:38,8g AGS:12,7g - Açúcares:3,5g - Sal:2,7g</div></div></div></div>
Pudim/ Maçã assada	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>372,3kcal - Prot:5,1g - Lip:12,4g - HC:59,7g AGS:2,2g - Açúcares:13,6g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>372,3kcal - Prot:5,1g - Lip:12,4g - HC:59,7g AGS:2,2g - Açúcares:13,6g - Sal:0,0g</div></div></div></div>	SOBREMESA	Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
QUARTA-FEIRA				
Caldo verde	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>233,7kcal - Prot:5,2g - Lip:15,4g - HC:35,1g AGS:0,9g - Açúcares:2,8g - Sal:2,5g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>626,4kcal - Prot:19,8g - Lip:37,5g - HC:29,8g AGS:10,8g - Açúcares:5,3g - Sal:2,9g</div></div></div></div>	SOPA	Caldo verde	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>233,7kcal - Prot:5,2g - Lip:15,4g - HC:35,1g AGS:0,9g - Açúcares:2,8g - Sal:2,5g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>626,4kcal - Prot:19,8g - Lip:37,5g - HC:29,8g AGS:10,8g - Açúcares:5,3g - Sal:2,9g</div></div></div></div>
Jardineira de carne	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>516,5kcal - Prot:37,1g - Lip:9,7g - HC:70,1g AGS:1,0g - Açúcares:5,2g - Sal:2,9g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>	GERAL	Filetes fritos com arroz de tomate e salada	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>626,4kcal - Prot:19,8g - Lip:37,5g - HC:29,8g AGS:10,8g - Açúcares:5,3g - Sal:2,9g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
Bife de frango grelhado com arroz e feijão verde salteado	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>516,5kcal - Prot:37,1g - Lip:9,7g - HC:70,1g AGS:1,0g - Açúcares:5,2g - Sal:2,9g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>	DIETA	Filetes no forno com arroz de tomate	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>626,4kcal - Prot:19,8g - Lip:37,5g - HC:29,8g AGS:10,8g - Açúcares:5,3g - Sal:2,9g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>	SOBREMESA	Pudim de morango/ Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
QUINTA-FEIRA				
Nabiças	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>155,8kcal - Prot:3,8g - Lip:5,4g - HC:20,4g AGS:0,9g - Açúcares:5,2g - Sal:2,1g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>364,7kcal - Prot:19,0g - Lip:11,1g - HC:38,4g AGS:1,0g - Açúcares:3,3g - Sal:2,7g</div></div></div></div>	SOPA	Nabiças	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>155,8kcal - Prot:3,8g - Lip:5,4g - HC:20,4g AGS:0,9g - Açúcares:5,2g - Sal:2,1g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>364,7kcal - Prot:19,0g - Lip:11,1g - HC:38,4g AGS:1,0g - Açúcares:3,3g - Sal:2,7g</div></div></div></div>
Massada de peixe à marinheiro	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>364,7kcal - Prot:19,0g - Lip:11,1g - HC:38,4g AGS:1,0g - Açúcares:3,3g - Sal:2,7g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>364,7kcal - Prot:19,0g - Lip:11,1g - HC:38,4g AGS:1,0g - Açúcares:3,3g - Sal:2,7g</div></div></div></div>	GERAL	Pizza de fiambre e cogumelos com batata pála pála e salada	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>530,0kcal - Prot:23,7g - Lip:33,5g - HC:34,8g AGS:11,9g - Açúcares:2,1g - Sal:4,1g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>614,6kcal - Prot:41,6g - Lip:20,6g - HC:43,3g AGS:1,6g - Açúcares:1,8g - Sal:4,1g</div></div></div></div>
Massada de peixe à marinheiro	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>364,7kcal - Prot:19,0g - Lip:11,1g - HC:38,4g AGS:1,0g - Açúcares:3,3g - Sal:2,7g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>364,7kcal - Prot:19,0g - Lip:11,1g - HC:38,4g AGS:1,0g - Açúcares:3,3g - Sal:2,7g</div></div></div></div>	DIETA	Perú salteado com massa e mistura chinesa	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>530,0kcal - Prot:23,7g - Lip:33,5g - HC:34,8g AGS:11,9g - Açúcares:2,1g - Sal:4,1g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>614,6kcal - Prot:41,6g - Lip:20,6g - HC:43,3g AGS:1,6g - Açúcares:1,8g - Sal:4,1g</div></div></div></div>
Salada de atum com massa e ovo	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>604,8kcal - Prot:25,0g - Lip:31,0g - HC:53,9g AGS:5,5g - Açúcares:1,4g - Sal:2,9g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>176,3kcal - Prot:4,9g - Lip:3,2g - HC:33,1g AGS:1,7g - Açúcares:13,2g - Sal:0,2g</div></div></div></div>	INFANTIL		
Gelatina	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>176,3kcal - Prot:4,9g - Lip:3,2g - HC:33,1g AGS:1,7g - Açúcares:13,2g - Sal:0,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>176,3kcal - Prot:4,9g - Lip:3,2g - HC:33,1g AGS:1,7g - Açúcares:13,2g - Sal:0,2g</div></div></div></div>	SOBREMESA	Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
SEXTA-FEIRA				
Creme de legumes	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>151,8kcal - Prot:3,9g - Lip:5,4g - HC:20,1g AGS:0,9g - Açúcares:5,4g - Sal:2,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>516,5kcal - Prot:37,1g - Lip:9,7g - HC:70,1g AGS:1,0g - Açúcares:5,2g - Sal:2,9g</div></div></div></div>	SOPA	Creme de legumes	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>151,8kcal - Prot:3,9g - Lip:5,4g - HC:20,1g AGS:0,9g - Açúcares:5,4g - Sal:2,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>516,5kcal - Prot:37,1g - Lip:9,7g - HC:70,1g AGS:1,0g - Açúcares:5,2g - Sal:2,9g</div></div></div></div>
Ervilhas com enchidos e ovos escalfados	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>516,5kcal - Prot:37,1g - Lip:9,7g - HC:70,1g AGS:1,0g - Açúcares:5,2g - Sal:2,9g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>516,5kcal - Prot:37,1g - Lip:9,7g - HC:70,1g AGS:1,0g - Açúcares:5,2g - Sal:2,9g</div></div></div></div>	GERAL	Jardineira de pota	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>406,8kcal - Prot:13,7g - Lip:26,5g - HC:40,3g AGS:4,4g - Açúcares:2,0g - Sal:4,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>406,8kcal - Prot:13,7g - Lip:26,5g - HC:40,3g AGS:4,4g - Açúcares:2,0g - Sal:4,2g</div></div></div></div>
Coelho estufado com arroz de ervilhas	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>704,7kcal - Prot:42,2g - Lip:29,9g - HC:52,4g AGS:5,0g - Açúcares:3,9g - Sal:4,4g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>521,8kcal - Prot:20,6g - Lip:41,0g - HC:36,8g AGS:5,6g - Açúcares:1,5g - Sal:4,3g</div></div></div></div>	DIETA	Jardineira de pota	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>406,8kcal - Prot:13,7g - Lip:26,5g - HC:40,3g AGS:4,4g - Açúcares:2,0g - Sal:4,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>406,8kcal - Prot:13,7g - Lip:26,5g - HC:40,3g AGS:4,4g - Açúcares:2,0g - Sal:4,2g</div></div></div></div>
Bifes de frango com arroz de cenoura	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>521,8kcal - Prot:20,6g - Lip:41,0g - HC:36,8g AGS:5,6g - Açúcares:1,5g - Sal:4,3g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>521,8kcal - Prot:20,6g - Lip:41,0g - HC:36,8g AGS:5,6g - Açúcares:1,5g - Sal:4,3g</div></div></div></div>	INFANTIL		
Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>	SOBREMESA	Pudim de morango/ Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
SÁBADO				
Espinafres	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>155,8kcal - Prot:3,8g - Lip:5,4g - HC:20,4g AGS:0,9g - Açúcares:5,2g - Sal:2,1g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>534,3kcal - Prot:8,6g - Lip:30,3g - HC:51,2g AGS:4,8g - Açúcares:7,3g - Sal:3,6g</div></div></div></div>	SOPA	Espinafres	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>155,8kcal - Prot:3,8g - Lip:5,4g - HC:20,4g AGS:0,9g - Açúcares:5,2g - Sal:2,1g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>534,3kcal - Prot:8,6g - Lip:30,3g - HC:51,2g AGS:4,8g - Açúcares:7,3g - Sal:3,6g</div></div></div></div>
Pastéis de bacalhau com salada camponesa (jardineira de legumes)	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>534,3kcal - Prot:8,6g - Lip:30,3g - HC:51,2g AGS:4,8g - Açúcares:7,3g - Sal:3,6g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>551,2kcal - Prot:29,1g - Lip:37,6g - HC:52,3g AGS:5,0g - Açúcares:3,9g - Sal:4,3g</div></div></div></div>	GERAL	Costoletas de cebolada com espirais e salada mista	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>671,2kcal - Prot:37,5g - Lip:27,8g - HC:62,3g AGS:6,2g - Açúcares:3,0g - Sal:4,3g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>704,7kcal - Prot:42,2g - Lip:29,9g - HC:52,4g AGS:5,0g - Açúcares:3,9g - Sal:4,4g</div></div></div></div>
Filetes no forno com salada camponesa (jardineira de legumes)	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>551,2kcal - Prot:29,1g - Lip:37,6g - HC:52,3g AGS:5,0g - Açúcares:3,9g - Sal:4,3g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>551,2kcal - Prot:29,1g - Lip:37,6g - HC:52,3g AGS:5,0g - Açúcares:3,9g - Sal:4,3g</div></div></div></div>	DIETA	Costoletas de cebolada com espirais e salada mista	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>671,2kcal - Prot:37,5g - Lip:27,8g - HC:62,3g AGS:6,2g - Açúcares:3,0g - Sal:4,3g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>704,7kcal - Prot:42,2g - Lip:29,9g - HC:52,4g AGS:5,0g - Açúcares:3,9g - Sal:4,4g</div></div></div></div>
Doce	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>176,3kcal - Prot:4,9g - Lip:3,2g - HC:33,1g AGS:1,7g - Açúcares:13,2g - Sal:0,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>176,3kcal - Prot:4,9g - Lip:3,2g - HC:33,1g AGS:1,7g - Açúcares:13,2g - Sal:0,2g</div></div></div></div>	SOBREMESA	Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>
DOMINGO				
Ervilhas	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>151,8kcal - Prot:3,7g - Lip:5,7g - HC:19,0g AGS:1,0g - Açúcares:5,5g - Sal:2,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>723,3kcal - Prot:50,5g - Lip:31,0g - HC:63,3g AGS:6,4g - Açúcares:3,8g - Sal:4,4g</div></div></div></div>	SOPA	Ervilhas	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>151,8kcal - Prot:3,7g - Lip:5,7g - HC:19,0g AGS:1,0g - Açúcares:5,5g - Sal:2,2g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>723,3kcal - Prot:50,5g - Lip:31,0g - HC:63,3g AGS:6,4g - Açúcares:3,8g - Sal:4,4g</div></div></div></div>
Frango estufado com arroz e legumes	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>723,3kcal - Prot:50,5g - Lip:31,0g - HC:63,3g AGS:6,4g - Açúcares:3,8g - Sal:4,4g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>723,3kcal - Prot:50,5g - Lip:31,0g - HC:63,3g AGS:6,4g - Açúcares:3,8g - Sal:4,4g</div></div></div></div>	GERAL	Medalhões no forno com puré de legumes	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>467,9kcal - Prot:28,0g - Lip:17,4g - HC:62,3g AGS:2,8g - Açúcares:3,0g - Sal:4,4g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>467,9kcal - Prot:28,0g - Lip:17,4g - HC:62,3g AGS:2,8g - Açúcares:3,0g - Sal:4,4g</div></div></div></div>
Frango estufado com arroz e legumes	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>723,3kcal - Prot:50,5g - Lip:31,0g - HC:63,3g AGS:6,4g - Açúcares:3,8g - Sal:4,4g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>723,3kcal - Prot:50,5g - Lip:31,0g - HC:63,3g AGS:6,4g - Açúcares:3,8g - Sal:4,4g</div></div></div></div>	DIETA	Medalhões no forno com puré de legumes	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>467,9kcal - Prot:28,0g - Lip:17,4g - HC:62,3g AGS:2,8g - Açúcares:3,0g - Sal:4,4g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>467,9kcal - Prot:28,0g - Lip:17,4g - HC:62,3g AGS:2,8g - Açúcares:3,0g - Sal:4,4g</div></div></div></div>
Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div></div></div>	SOBREMESA	Fruta da época	<div><div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,1g - Açúcares:17,8g - Sal:0,0g</div></div><div><div>●●●●●●●●</div><div>99,3kcal - Prot:1,3g - Lip:0,3g - HC:21,1g AGS:0,</div></div></div></div>

Esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos

Quando as refeições são acompanhadas com pão, devemos ter em consideração a presença do alergénio