

13 de abril a 17 de abril 2026

		ALERGÉNIOS	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
			Prot. (g) H.C (g) Lip. (g) VE (kcal)			
SEGUNDA-FEIRA						
LANCHE DA MANHÃ	Tomate cherry com bolacha de água e sal		0,6	3,5	0,3	19
SOPA	Creme de alho francês com borrego		27,9	7,8	8,1	215
PRATO	Ovos mexidos com frango desfiado e arroz		27,7	24,5	8,8	289
PRATO VEGETARIANO	Salsichas de soja à brás		5,6	15,3	5,9	140
SOBREMESA	Fruta da época		2,0	0,2	7,6	32
LANCHE BERÇÁRIO	logurte natural ou de aromas s/adição de açúcar com puré de fruta		5,6	25,5	3,0	151
LANCHE AQM	logurte natural ou de aromas s/adição de açúcar e pão de mistura com fiambre de aves					
LANCHE CRECHE	Leite branco e pão de mistura com fiambre de aves		13,1	23,6	5,2	194
TERÇA-FEIRA						
LANCHE DA MANHÃ	Fruta da época		0,0	9,5	0,0	39
SOPA	Creme de alface com abrótea		14,5	11,4	1,5	117
PRATO	Arroz de peixe (pescada) com salada de alface		15,4	7,4	1,1	101
PRATO VEGETARIANO	Arroz xau xau vegetariano e salada de alface		14,3	21,6	5,1	191
SOBREMESA	Fruta da época		1,3	17,8	0,0	75
LANCHE BERÇÁRIO	Papa de arroz com puré de maçã		6,9	39,4	2,3	214
LANCHE AQM	Batido de fruta com panquecas de aveia					
LANCHE CRECHE	logurte natural ou de aromas s/adição de açúcar com corn flakes e fruta		9,8	52,6	1,0	259
QUARTA-FEIRA						
LANCHE DA MANHÃ	Tortilhas de arroz		0,4	20,8	0,6	94
SOPA	Creme de legumes com frango		23,6	13,9	8,9	229
PRATO	Lombo de peru no forno com massa e brócolos		31,5	13,1	8,2	253
PRATO VEGETARIANO	Pizza vegetariana com salada de alface e tomate		17,1	70,1	11,6	462
SOBREMESA	Fruta da época		0,3	3,5	0,0	16
LANCHE BERÇÁRIO	logurte natural ou de aromas s/adição de açúcar com puré de fruta e panquecas de aveia		6,3	33,6	3,1	188
LANCHE AQM	logurte natural ou de aromas s/adição de açúcar com pão de mistura com queijo flamengo					
LANCHE CRECHE	Leite branco com pão de mistura e queijo flamengo		13,1	23,6	5,2	194
QUINTA-FEIRA						
LANCHE DA MANHÃ	Fruta da época		0,5	6,8	0,2	30
SOPA	Creme de chuchu com perca		15,4	13,1	2,4	135
PRATO	Salada de salmão com batata, ovo cozido e legumes		21,7	23,6	7,3	248
PRATO VEGETARIANO	Tofu salteado com batata doce e cenoura		12,1	22,5	7,1	205
SOBREMESA	Fruta da época ou gelatina vegetal		1,3	17,8	0,0	75
LANCHE BERÇÁRIO	Papa Láctea		3,0	19,0	1,0	101
LANCHE AQM	logurte natural s/adição de açúcar com trigo puff e banana					
LANCHE CRECHE	logurte natural s/adição de açúcar com trigo puff e banana		11,6	47,7	1,4	254
SEXTA-FEIRA						
LANCHE DA MANHÃ	Palitos de cenoura		1,1	11,5	0,3	49,2
SOPA	Creme de couve portuguesa com peru		19,3	11,8	2,3	145
PRATO	Arroz de pato com salada mista		28,9	10,5	9,9	247
PRATO VEGETARIANO	Arroz de feijão preto com soja e salada mista		7,6	17,9	2,0	122
SOBREMESA	Fruta da época		1,3	17,8	0,0	75
LANCHE BERÇÁRIO	logurte natural s/adição de açúcar com trigo puff e banana		6,6	34,5	4,0	203
LANCHE AQM	Batido de fruta e torrada com manteiga s/sal					
LANCHE CRECHE	Leite branco com torrada com manteiga s/sal		8,8	23,2	7,8	198