

|          |             |   | alergéneos (*)  | Prot. | HC   | Açúc. | Líp. | AG Sat. | Sal | Kcal  |
|----------|-------------|---|---|-------|------|-------|------|---------|-----|-------|
| 2ª-feira | Sopa        | de alho francês   | sopa (sulfitos, aipo);  | 2,8   | 17,1 | 3,2   | 3,1  | 0,5     | 0,2 | 108,9 |
|          | Prato       | hambúrguer estufado com molho de cenoura, esparguete salteado e salada de alface e couve roxa   | hamburguer (soja, glúten, sulfitos);                                      | 33,1  | 47,1 | 5,9   | 12,5 | 3,9     | 0,4 | 437,1 |
|          | Vegetariana | massa de legumes salteados  | esparguete (glúten); massa (glúten)                                       | 7,3   | 48,1 | 1,6   | 3,5  | 0,5     | 0,1 | 253,4 |
|          | Sobremesa   | fruta da época  |   | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 3ª-feira | Sopa        | caldo verde   | sopa [chouriço (soja)];   | 4,0   | 18,7 | 5,0   | 3,3  | 0,5     | 0,2 | 121,8 |
|          | Prato       | arroz de peixe [pescada, potas, delícias do mar] e gomos de tomate e milho                      | [pescada, pota, delícias do mar (peixe, ovo, glúten, carangueijo, soja)]; | 49,6  | 48,6 | 2,0   | 5,6  | 1,0     | 0,4 | 444,8 |
|          | Vegetariana | feijão estufado com cenoura e arroz de tomate   | (peixe, ovo, glúten, carangueijo, soja);                                  | 12,1  | 74,1 | 3,5   | 13,9 | 0,5     | 0,2 | 386,0 |
|          | Sobremesa   | iogurte de aromas   | iogurte   | 5,1   | 12,6 | 12,6  | 2,0  | 1,1     | 0,2 | 88,7  |
| 4ª-feira | Sopa        | de couve coração  |   | 10,2  | 36,2 | 5,5   | 5,0  | 0,6     | 0,2 | 233,7 |
|          | Prato       | massa de frango com cenoura e brócolos cozidos  | sopa (sulfitos, aipo); massa (glúten);                                    | 49,0  | 50,2 | 3,2   | 7,0  | 1,4     | 0,5 | 459,1 |
|          | Vegetariana | massa de legumes [massa, cenoura, ervilhas e cogumelos]   | cogumelos (sulfitos)  | 10,5  | 44,8 | 3,8   | 4,7  | 0,7     | 0,1 | 267,8 |
|          | Sobremesa   | fruta da época  |   | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 5ª-feira | Sopa        | de legumes  |   | 3,4   | 18,0 | 4,4   | 3,2  | 0,4     | 0,2 | 116,0 |
|          | Prato       | arinca gratinada com salada de batata e macedónia de legumes [feijão verde, ervilhas e cenoura] | sopa (sulfitos, aipo); arinca;  | 16,9  | 66,5 | 2,7   | 24,1 | 3,1     | 1,1 | 557,3 |
|          | Vegetariana | jardineira de legumes [grão-de-bico, feijão verde e milho]                                      | gelado (leite)  | 13,6  | 58,4 | 5,7   | 5,5  | 0,7     | 0,2 | 343,4 |
|          | Sobremesa   | gelado  |   | 5,4   | 32,6 | 32,6  | 16,4 | 9,2     | 0,2 | 296,4 |
| 6ª-feira | Sopa        | de feijão verde   |   | 3,2   | 19,6 | 5,6   | 3,3  | 0,5     | 0,2 | 122,2 |
|          | Prato       | arroz de aves [frango e peru] e salada de alface e cebola                                       | sopa (sulfitos, aipo)   | 48,1  | 52,8 | 0,9   | 8,8  | 2,1     | 0,4 | 489,7 |
|          | Vegetariana | arroz malandrinho de couve, cenoura e ervilhas  |   | 5,8   | 32,4 | 3,1   | 3,4  | 0,5     | 0,2 | 186,9 |
|          | Sobremesa   | fruta da época  |   | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |

Prot.=Proteína (g) / HC= Hidrato de Carbono (g) / Açúc.=Açúcares (g) / Líp.=Lípidos (g)/ AG Sat.=Ácidos Gordos Saturados (g) / Kcal=Valor Energético / Sal (g)

**NOTA (\*):**

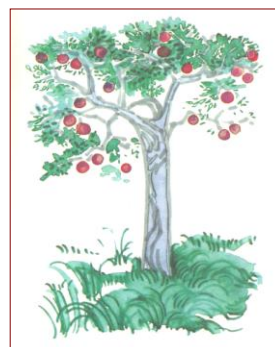
Se não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são inofensivas.

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.

O Verão  
é uma árvore  
carregadinha de pêssegos.

texto: Maria Isabel César Anjo . ilustração: Maria Keil



|          |                    |  | alergéneos (*)                         | Prot. | HC   | Açúc. | Líp. | AG Sat. | Sal | Kcal  |
|----------|--------------------|--|--|-------|------|-------|------|---------|-----|-------|
| 2ª-feira | <i>Sopa</i>        | de couve lombarda  |  | 2,9   | 17,6 | 3,7   | 3,2  | 0,5     | 0,2 | 111,5 |
|          | <i>Prato</i>       | saladinha de atum e salada mista   | sopa (sulfitos, aipo); atum;           | 35,8  | 33,9 | 5,0   | 21,6 | 2,7     | 1,4 | 475,7 |
|          | <i>Vegetariana</i> | jardineira de legumes [batata, ervilha, cenoura e cogumelos]                     | cogumelos (sulfitos)                   | 7,2   | 37,4 | 5,7   | 3,4  | 0,5     | 0,2 | 212,4 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época   |  | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 3ª-feira | <i>Sopa</i>        | de feijão branco e couve   |  | 10,4  | 32,6 | 3,9   | 3,7  | 0,6     | 0,2 | 208,2 |
|          | <i>Prato</i>       | fêvera de cebolada com arroz branco e legumes cozidos [cenoura e ervilhas]       | sopa (sulfitos, aipo)                  | 36,7  | 55,6 | 1,9   | 9,9  | 2,7     | 0,3 | 464,0 |
|          | <i>Vegetariana</i> | misto de três legumes [feijão verde, couve flor e brócolos] com arroz de cenoura |  | 9,3   | 56,3 | 3,6   | 4,0  | 0,6     | 0,1 | 304,1 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época   |  | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 4ª-feira | <i>Sopa</i>        | de feijão verde  | sopa (sulfitos, aipo); massa (glúten); | 3,2   | 19,6 | 5,6   | 3,3  | 0,5     | 0,2 | 122,2 |
|          | <i>Prato</i>       | massada de peixe com salada de alface e couve roxa                               | peixe;                                 | 27,9  | 50,6 | 1,4   | 4,8  | 0,7     | 0,5 | 356,8 |
|          | <i>Vegetariana</i> | esparguete de feijão frade com cogumelos   | cogumelos (sulfitos);                  | 11,7  | 50,2 | 1,1   | 3,6  | 0,7     | 0,1 | 282,3 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | gelatina   | gelatina (sulfitos)                    | 0,0   | 46,0 | 0,0   | 0,0  | 0,0     | 0,0 | 184,0 |
| 5ª-feira | <i>Sopa</i>        | creme de couve-flôr  | sopa (sulfitos, aipo); carne           | 3,6   | 17,9 | 4,0   | 3,2  | 0,4     | 0,2 | 115,7 |
|          | <i>Prato</i>       | chilli de carnes e forma de arroz  | picada (glúten,                        | 32,6  | 48,0 | 1,5   | 7,4  | 2,0     | 0,3 | 391,8 |
|          | <i>Vegetariana</i> | feijoada de cogumelos com arroz  | sulfitos, soja); cogumelos (sulfitos)  | 12,3  | 48,1 | 5,4   | 4,0  | 0,6     | 0,2 | 281,7 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época   |  | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 6ª-feira | <i>Sopa</i>        | creme de cenoura   | sopa (sulfitos, aipo); rissóis         | 2,7   | 17,2 | 3,6   | 3,2  | 0,5     | 0,2 | 109,8 |
|          | <i>Prato</i>       | rissóis de pescada com arroz colorido [ervilhas, cenoura e milho]                | de pescada ((glúten,                   | 20,2  | 83,0 | 2,9   | 32,5 | 6,5     | 1,9 | 714,1 |
|          | <i>Vegetariana</i> | salada de grão-de-bico, batata cozida e couve                                    | crustáceos, ovo, pescado,              | 15,6  | 70,6 | 5,0   | 3,4  | 0,4     | 0,3 | 383,2 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época   | soja); broa (glúten)                   | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |

Prot.=Proteína (g) / HC= Hidrato de Carbono (g) / Açúc.=Açúcares (g) / Líp.=Lípidos (g) / AG Sat.=Ácidos Gordos Saturados (g) / Kcal=Valor Energético / Sal (g)

**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.



|          |                    |   | alergéneos (*)                            | Prot. | HC   | Açúc. | Líp. | AG Sat. | Sal | Kcal  |
|----------|--------------------|---|---|-------|------|-------|------|---------|-----|-------|
| 2ª-feira | <i>Sopa</i>        | de juliana de legumes   | sopa (sulfitos, aipo);                    | 2,5   | 17,4 | 3,8   | 3,2  | 0,5     | 0,2 | 109,5 |
|          | <i>Prato</i>       | esparguete à bolonhesa, juliana de alface e cenoura raspada       | esparguete (glúten);                      | 33,5  | 45,6 | 4,6   | 8,3  | 2,4     | 0,3 | 395,3 |
|          | <i>Vegetariana</i> | esparguete de feijão com brócolos e couve                         | carne picada (sulfitos, soja, glúten)     | 18,3  | 61,8 | 6,2   | 5,3  | 0,8     | 0,2 | 373,9 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época  |   | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 3ª-feira | <i>Sopa</i>        | canja com massinhas   | canja                                     | 13,8  | 9,9  | 1,7   | 3,8  | 0,6     | 0,2 | 130,2 |
|          | <i>Prato</i>       | saladinha de pescada e macedónia de legumes                       | [massinhas (glúten)];                     | 35,8  | 33,9 | 5,0   | 21,6 | 2,7     | 1,4 | 475,7 |
|          | <i>Vegetariana</i> | arroz de legumes com molho de tomate                              | pescada;                                  | 6,3   | 56,5 | 4,0   | 3,6  | 0,5     | 0,2 | 289,4 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | gelados   | gelado (leite)                            | 5,4   | 32,6 | 32,6  | 16,4 | 9,2     | 0,2 | 296,4 |
| 4ª-feira | <i>Sopa</i>        | de grão-de-bico com couves  |   | 10,2  | 36,2 | 5,5   | 5,0  | 0,6     | 0,2 | 233,7 |
|          | <i>Prato</i>       | frango assado com massa espiral, feijão verde e cenoura salteados | sopa (sulfitos, aipo); massa (glúten)     | 49,0  | 50,2 | 3,2   | 7,0  | 1,4     | 0,5 | 459,1 |
|          | <i>Vegetariana</i> | salada de feijão frade com batata cozida e cenoura                |   | 10,5  | 44,8 | 3,8   | 4,7  | 0,7     | 0,1 | 267,8 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época  |   | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 5ª-feira | <i>Sopa</i>        | creme de legumes  |   | 2,6   | 16,6 | 3,0   | 3,1  | 0,5     | 0,2 | 106,5 |
|          | <i>Prato</i>       | filetes de pescada dourados com arroz de tomate e cenoura raspada | sopa (sulfitos, aipo); filetes de pescada | 31,3  | 43,5 | 4,6   | 5,1  | 0,7     | 0,6 | 349,4 |
|          | <i>Vegetariana</i> | salada de feijão frade com batata cozida e cenoura                |   | 18,7  | 67,9 | 5,5   | 0,8  | 0,4     | 0,2 | 360,8 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época  |   | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 6ª-feira | <i>Sopa</i>        | de espinafres   | sopa (sulfitos, aipo); rolo de carne      | 2,6   | 16,6 | 3,0   | 3,1  | 0,5     | 0,2 | 106,5 |
|          | <i>Prato</i>       | rolo de carne com arroz   | (sulfitos, soja, glúten);                 | 31,3  | 40,9 | 1,4   | 8,5  | 2,2     | 0,3 | 364,8 |
|          | <i>Vegetariana</i> | gratinado de legumes [cenoura, ervilhas, milho, massa]            | massa (glúten);                           | 18,7  | 71,2 | 5,0   | 5,1  | 0,9     | 0,2 | 412,3 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | iogurte de aromas   | iogurte (leite)                           | 5,1   | 12,6 | 12,6  | 2,0  | 1,1     | 0,2 | 88,7  |

Prot.=Proteína (g) / HC= Hidrato de Carbono (g) / Açúc.=Açúcares (g) / Líp.=Lípidos (g) / AG Sat.=Ácidos Gordos Saturados (g) / Kcal=Valor Energético / Sal (g)

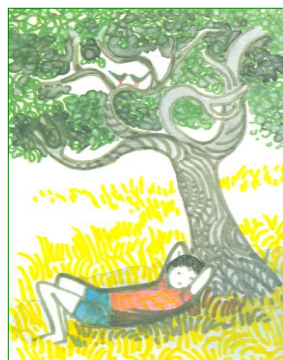
**NOTA (\*):**

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.

texto: Maria Isabel César Anjo  
 ilustração: Maria Keil



É o tempo  
 em que o sol queima  
 e apetece estar deitado  
 à sombra das árvores  
 a ouvir conversas  
 de passarinhos.

|          |                    |   | alergéneos (*)                        | Prot. | HC   | Açúc. | Líp. | AG Sat. | Sal  | Kcal  |
|----------|--------------------|---|---------------------------------------|-------|------|-------|------|---------|------|-------|
| 2ª-feira | <i>Sopa</i>        | à primavera   | sopa (sulfitos, aipo);                | 2,9   | 18,4 | 4,2   | 3,2  | 0,5     | 0,2  | 115,4 |
|          | <i>Prato</i>       | almôndegas de tomatada com esparguete salteado e salada de alface e cenoura raspada                   | almôndegas (glúten, soja, sulfitos);  | 25,9  | 25,9 | 25,9  | 25,9 | 25,9    | 25,9 | 25,9  |
|          | <i>Vegetariana</i> | esparguete de cogumelos e cenoura   | esparguete (glúten);                  | 5,9   | 5,9  | 5,9   | 5,9  | 5,9     | 5,9  | 5,9   |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época  | cogumelos (sulfitos);                 | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0  | 58,6  |
| 3ª-feira | <i>Sopa</i>        | de nabo com couve   | sopa (sulfitos, aipo); atum;          | 9,5   | 35,7 | 3,0   | 3,6  | 0,5     | 0,2  | 214,8 |
|          | <i>Prato</i>       | saladinha de feijão frade com atum e ovo e arroz branco   | ovo;                                  | 61,1  | 90,7 | 7,0   | 11,9 | 2,7     | 0,8  | 723,6 |
|          | <i>Vegetariana</i> | cogumelos e curgete no forno com arroz de cenoura   | cogumelos (sulfitos)                  | 13,0  | 54,5 | 4,1   | 5,2  | 0,6     | 0,2  | 319,0 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época  |                                       | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0  | 58,6  |
| 4ª-feira | <i>Sopa</i>        | de feijão vermelho com couve  |                                       | 2,5   | 17,1 | 2,9   | 3,2  | 0,4     | 0,2  | 108,7 |
|          | <i>Prato</i>       | massa de peru [massa, peru, ervilhas e cenoura] e salada de alface                                    | sopa (sulfitos, aipo); massa (glúten) | 32,6  | 35,4 | 3,6   | 7,0  | 1,1     | 0,5  | 337,8 |
|          | <i>Vegetariana</i> | massa espiral com legumes e grão-de-bico  |                                       | 5,4   | 53,1 | 2,1   | 3,4  | 0,5     | 0,2  | 271,0 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época  |                                       | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0  | 58,6  |
| 5ª-feira | <i>Sopa</i>        | de feijão verde e cenoura   |                                       | 3,3   | 18,0 | 4,0   | 3,2  | 0,5     | 0,2  | 115,2 |
|          | <i>Prato</i>       | saladinha de peixe com ovo [batata, peixe, cenoura, feijão verde e ovo raspado]                       | sopa (sulfitos, aipo); peixe;         | 33,1  | 34,0 | 4,7   | 10,3 | 2,2     | 0,6  | 364,5 |
|          | <i>Vegetariana</i> | couve estufada com ervilhas e batata cozida   | ovo                                   | 9,5   | 46,4 | 5,0   | 3,4  | 0,5     | 0,2  | 259,1 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época  |                                       | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0  | 58,6  |
| 6ª-feira | <i>Sopa</i>        | creme de legumes  |                                       | 2,6   | 16,6 | 3,0   | 3,1  | 0,5     | 0,2  | 106,5 |
|          | <i>Prato</i>       | feijoada à Portuguesa [feijão branco, carne de porco, chouriço de carne, cenoura, couve lombarda] com | sopa (sulfitos, aipo);                | 28,3  | 48,0 | 5,3   | 12,0 | 3,4     | 1,2  | 417,7 |
|          | <i>Vegetariana</i> | arroz de cenoura com soja estufada e couve  | feijoada [chouriço (soja); soja       | 14,6  | 58,9 | 4,8   | 8,3  | 1,1     | 0,2  | 374,3 |
|          | <i>Sobremesa</i>   | fruta da época  |                                       | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0  | 58,6  |

Prot.=Proteína (g) / HC= Hidrato de Carbono (g) / Açúc.=Açúcares (g) / Líp.=Lípidos (g)/ AG Sat.=Ácidos Gordos Saturados (g) / Kcal=Valor Energético / Sal (g)

**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 o tempo  
dos grilos e das cigarras  
aprenderem cantigas novas  
e cantarem ao desafio.



texto: Maria Isabel César Anjo  
ilustração: Maria Keil

|          |             |   | alergéneos (*)                         | Prot. | HC   | Açúc. | Lip. | AG Sat. | Sal | Kcal  |
|----------|-------------|---|--|-------|------|-------|------|---------|-----|-------|
| 2ª-feira | Sopa        | de macedónia de legumes   | sopa (sulfitos, aipo);                 | 2,8   | 17,9 | 3,9   | 3,2  | 0,5     | 0,2 | 112,6 |
|          | Prato       | douradinhos no forno com arroz de couve e cenoura   | douradinhos (peixe,                    | 19,4  | 50,4 | 2,7   | 15,1 | 0,5     | 0,2 | 417,1 |
|          | Vegetariana | arroz malandrinho de couve e cogumelos  | moluscos, glúten,                      | 6,9   | 54,4 | 2,2   | 3,8  | 0,5     | 0,2 | 285,2 |
|          | Sobremesa   | fruta da época  | crustáceo); cogumelos                  | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 3ª-feira | Sopa        | à lavrador  | sopa (sulfitos, aipo); empadão         | 10,7  | 43,3 | 3,1   | 3,7  | 0,5     | 0,2 | 251,6 |
|          | Prato       | empadão de carne de aves e salada de tomate e cenoura   | [puré (leite, sulfitos, soja),         | 49,6  | 47,0 | 5,2   | 9,9  | 8,1     | 0,7 | 480,7 |
|          | Vegetariana | salada de batata com ervilhas, cenoura e cogumelos no forno   | carne picada (soja, glúten, sulfitos)] | 8,4   | 46,9 | 5,3   | 3,3  | 0,5     | 0,2 | 255,6 |
|          | Sobremesa   | fruta da época  | cogumelos                              | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 4ª-feira | Sopa        | de vegetais   |  | 2,6   | 16,6 | 3,0   | 3,1  | 0,5     | 0,2 | 106,5 |
|          | Prato       | filetes de peixe gratinados com arroz alegre e juliana de alface e couve roxa                           | sopa (sulfitos, aipo); filetes de      | 31,3  | 43,5 | 4,6   | 5,1  | 0,7     | 0,6 | 349,4 |
|          | Vegetariana | salada de arroz [feijão frade e macedónia de legumes]   | peixe                                  | 18,7  | 67,9 | 5,5   | 0,8  | 0,4     | 0,2 | 360,8 |
|          | Sobremesa   | fruta da época  |  | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 5ª-feira | Sopa        | de juliana de legumes   |  | 2,5   | 17,4 | 3,8   | 3,2  | 0,5     | 0,2 | 109,5 |
|          | Prato       | rancho à regional [grão-de-bico, massa riscada, carne de vaca, carne de porco, chouriço de carne, couve | sopa (sulfitos, aipo); rancho          | 19,1  | 55,2 | 4,0   | 18,1 | 4,5     | 1,6 | 466,3 |
|          | Vegetariana | massa de grão-de-bico com couve e cenoura   | [massa (glúten), chouriço              | 13,4  | 56,1 | 5,5   | 5,3  | 0,6     | 0,2 | 327,5 |
|          | Sobremesa   | fruta da época  | (sulfitos)]                            | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |
| 6ª-feira | Sopa        | creme de brócolos e cenoura   |  | 3,4   | 17,1 | 3,3   | 3,4  | 0,5     | 0,2 | 113,3 |
|          | Prato       | arroz de lulas malandrinho com cenoura  | sopa (sulfitos, aipo); lulas           | 35,8  | 33,9 | 5,0   | 21,6 | 2,7     | 1,4 | 475,7 |
|          | Vegetariana | feijão branco guisado com cenoura e arroz   |  | 12,1  | 74,1 | 3,5   | 13,9 | 0,5     | 0,2 | 386,0 |
|          | Sobremesa   | fruta da época  |  | 0,9   | 13,0 | 12,8  | 0,4  | 0,1     | 0,0 | 58,6  |

Prot.=Proteína (g) / HC= Hidrato de Carbono (g) / Açúc.=Açúcares (g) / Lip.=Lípidos (g)/ AG Sat.=Ácidos Gordos Saturados (g) / Kcal=Valor Energético / Sal (g)

**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 capitação prevista para cada dose individual.

O Verão  
é o tempo grande!

texto: Maria Isabel César Anjo . ilustração: Maria Keil

