EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 27 novembro a 3 de dezembro de 2017

Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica
2ª Feira	Pão com manteiga	**Sopa:** Sopa de coração **Prato principal:** Rancho (massa macarrão, carne de vaca, carne de porco, grão e cenoura) [1] **Prato dieta:** Carne cozida com massa branca, grão e cenoura **Sobremesa:** Fruta	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	**Sopa:** Sopa de couve portuguesa **Prato principal:** Pescada cozida com batata, feijão-verde e cenoura [4] **Prato dieta:** Igual **Sobremesa:** Fruta	Iogurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	**Sopa:** Sopa de couve-flor e brócolos **Prato principal:** Ovos mexidos com arroz e salada de alface [1,3] **Prato dieta:** Ovo cozido com arroz branco e salada de alface **Sobremesa:** Fruta	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	**Sopa:** Sopa de feijão-verde **Prato principal:** tentáculos de pota com batata, hortaliça e cenoura [4] **Prato dieta:** Igual **Sobremesa:** Fruta	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira		FERIADO 1 DE DEZEMBRO RESTAURAÇÃO DA INDEPENDÊNCIA			

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:
1-Cereais que contêm glúten, 2-Crustáceos e Moluscos, 3-Ovo, 4-Peixe, 5-Amendoim e frutos de casca rija, 6-Soja, 7-Leite, 8-Aipo, 9-Mostarda, 10-Dióxido de enxofre e sulfitos e 11-Tremoço.
Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Casa do Povo de Alvito- Rua da Aldeia, n.º 229 – Alvito S. Pedro 4750-084 BCL • Tel.: 253 880 639 • Fax: 253 881 103