



# EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 15 a 21 de Janeiro de 2018



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) 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: Posta de pescada estufada com arroz e salada de tomate Prato dieta: Posta de pescada cozida com arroz e salada de tomate Sobremesa: Fruta	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa de couve-flor e feijão branco Prato principal: Frango assado, com massa esparguete e salada de tomate <sup>1</sup> Prato dieta: Frango cozido, arroz e salada de tomate 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 Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Caldo verde Prato principal: febras grelhadas com arroz primavera e salada de alface Prato dieta: febras grelhadas com arroz primavera e salada de alface Sobremesa: Fruta	logurte + pão com manteiga	Pão	



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.