



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 29 de Janeiro a 4 de Fevereiro de 2018



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Carne de vaca à jardineira (batata, cenoura, ervilha, feijão verde) Prato dieta: Carne de vaca cozida com batata, cenoura, ervilha e feijão-verde) Sobremesa: Fruta	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Creme de cenoura Prato principal: Filete de pescada com arroz e juliana de legumes Prato dieta: Filete de pescada cozido com arroz de cenoura e juliana de legumes Sobremesa: Fruta	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa de legumes com feijão Prato principal: Bifinhos de frango grelhados com massa espiral e salada de cenoura Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	Sopa: Sopa de couve portuguesa e feijão branco Prato principal: Salada de atum com delícias do mar, batata e ovo Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de grão e cenoura Prato principal: Pá de porco assada com arroz e juliana de legumes Prato dieta: Pá de porco cozida com arroz de cenoura e juliana de legumes 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.