



EMENTA Valência Infantil – Pré-escolar

Semana: 22 a 28 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 alho francês Prato principal: Rissóis de peixe com arroz primavera (ervilha, cenoura, pimento e milho) Prato dieta: Peixe cozido com arroz primavera (ervilha, cenoura, pimento e milho) Sobremesa: Fruta | Leite + ½ pão com manteiga | Bolacha Maria | |
| 3ª Feira | Bolacha Maria | Sopa: Creme de legumes Prato principal: Massa à lavrador (macarrão, carne de vaca, carne de porco, cenoura e couve coração) Prato dieta: Carne de vaca cozida com massa branca cozida e legumes Sobremesa: Fruta | logurte aromas + pão com fiambre | Pão | |
| 4ª Feira | Peça de fruta | Sopa: Sopa de grão e cenoura Prato principal: Solha assada com arroz e legumes salteados Prato dieta: Solha cozida com arroz e legumes ³ Sobremesa: Fruta | Leite + ½ pão com queijo | Bolacha Maria | |
| 5ª Feira | Pão com fiambre | Sopa: Sopa de couve portuguesa e feijão branco Prato principal: Rojões com batata assada e salada de alface Prato dieta: Rojões cozidos com arroz branco e salada de alface Sobremesa: Fruta | Leite + ½ pão com marmelada | Fruta da época | |
| 6ª Feira | Bolacha Maria | Sopa: Sopa de feijão-verde Prato principal: Meia desfeita (ovo, migas de bacalhau, batata e molho verde) Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta | logurte + pão com manteiga | Pão | |



Mod.089.07

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.