



## EMENTA Valência Infantil – aquisição de marcha

Semana: 05 a 09 de fevereiro de 2018



| Refeição                   | Reforço da manhã | Almoço  | Lanche       | Reforço da tarde       | Alterações<br>(especificar/data/rubrica) |
|----------------------------|------------------|---|--------------|------------------------|--|
| <b>2ª Feira</b><br>FERIADO | Papa de Fruta    | <b>Sopa:</b> Sopa de couve coração e feijão vermelho<br><b>Prato principal:</b> Bacalhau à gomes de Sá com feijão-verde <sup>4</sup><br><b>Prato dieta:</b> Igual<br><b>Sobremesa:</b> Fruta  | Papa Cérelac | logurte e bolachas (3) |  |
| <b>3ª Feira</b>            | Papa de Fruta    | <b>Sopa:</b> sopa de legumes<br><b>Prato principal:</b> Esparguete à bolonhesa com cenoura raspada salteada com ervilhas <sup>1</sup><br><b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com esparguete cozida, cenoura raspada salteada com ervilhas<br><b>Sobremesa:</b> Fruta | Papa Nestum  | logurte e bolachas (3) |  |
| <b>4ª Feira</b>            | Papa de Fruta    | <b>Sopa:</b> Sopa de feijão-verde<br><b>Prato principal:</b> Abrótea assada com molho de cebola e pimento, arroz e salada de alface <sup>1,4</sup><br><b>Prato dieta:</b> Abrótea cozida com arroz branco<br><b>Sobremesa:</b> Fruta                                      | Papa Cérelac | logurte e bolachas (3) |  |
| <b>5ª Feira</b>            | Papa de Fruta    | <b>Sopa:</b> sopa de couve portuguesa<br><b>Prato principal:</b> Frango assado com batata frita e salada de tomate<br><b>Prato dieta:</b> Frango cozido com batata cozida e salada de tomate<br><b>Sobremesa:</b> Fruta   | Papa Cérelac | logurte e bolachas (3) |  |
| <b>6ª Feira</b>            | Papa de Fruta    | <b>Sopa:</b> Creme de legumes<br><b>Prato principal:</b> Raia estufada com salada russa <sup>4</sup><br><b>Prato dieta:</b> Raia cozida com salada russa<br><b>Sobremesa:</b> Fruta   | Papa Cérelac | logurte e bolachas (3) |  |

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.

