



# EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 05 a 09 de fevereiro de 2018



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
<b>2ª Feira</b> FERIADO	Pão com manteiga	<b>Sopa:</b> Sopa de couve coração e feijão vermelho <b>Prato principal:</b> Bacalhau à gomes de Sá com feijão-verde <sup>4</sup> <b>Prato dieta:</b> Igual <b>Sobremesa:</b> Fruta	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
<b>3ª Feira</b>	Bolacha Maria	<b>Sopa:</b> sopa de legumes <b>Prato principal:</b> Esparguete à bolonhesa com cenoura raspada salteada com ervilhas <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com esparguete cozida, cenoura raspada salteada com ervilhas <b>Sobremesa:</b> Fruta	logurte + pão com fiambre	Pão	
<b>4ª Feira</b>	Peça de fruta	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão-verde <b>Prato principal:</b> Abrótea assada com molho de cebola e pimento, arroz e salada de alface <sup>1,4</sup> <b>Prato dieta:</b> Abrótea cozida com arroz branco <b>Sobremesa:</b> Fruta	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
<b>5ª Feira</b>	Pão com fiambre	<b>Sopa:</b> sopa de couve portuguesa <b>Prato principal:</b> Frango assado com batata frita e salada de tomate <b>Prato dieta:</b> Frango cozido com batata cozida e salada de tomate <b>Sobremesa:</b> Fruta	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
<b>6ª Feira</b>	Bolacha Maria	<b>Sopa:</b> Creme de legumes <b>Prato principal:</b> Raia estufada com salada russa <sup>4</sup> <b>Prato dieta:</b> Raia cozida com salada russa <b>Sobremesa:</b> 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.

