



# EMENTA Valência Infantil – Pré-escolar

Semana: 19 a 23 de fevereiro de 2018



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga	<b>Sopa:</b> Sopa de alho francês <b>Prato principal:</b> Salada de atum com delícias do mar, batata e ovo <sup>1,3,4</sup> <b>Prato dieta:</b> Igual <b>Sobremesa:</b> Fruta	Leite + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	<b>Sopa:</b> Creme de legumes <b>Prato principal:</b> Bifinhos de frango grelhados com massa espiral e salada de cenoura <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Igual <b>Sobremesa:</b> Fruta	logurte aromas + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	<b>Sopa:</b> Sopa de grão e cenoura <b>Prato principal:</b> Abrótea assada com arroz e salada de alface <sup>1,4</sup> <b>Prato dieta:</b> Abrótea cozida com arroz branco e salada de alface <b>Sobremesa:</b> Fruta	Leite + ½ pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	<b>Sopa:</b> Sopa de couve portuguesa e feijão branco <b>Prato principal:</b> Massa à lavrador (macarrão, carne de vaca, carne de porco, cenoura e couve coração) <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com massa branca cozida e legumes <b>Sobremesa:</b> Fruta	Leite + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão-verde <b>Prato principal:</b> Tentáculos de pota com batata cozida, cenoura e hortaliça <sup>4</sup> <b>Prato dieta:</b> Igual <b>Sobremesa:</b> Fruta	logurte aromas + 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.

