



EMENTA Valência Infantil – Pré-escolar

Semana: 1 a 7 de Janeiro de 2018



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

