



# EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 12 a 16 de março 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 couve-galega <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	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	<b>Sopa:</b> Creme de legumes <b>Prato principal:</b> Abrótea assada com molho de cebolada, batata cozida e feijão-verde <sup>1,4</sup> <b>Prato dieta:</b> Abrótea assada, batata cozida e feijão-verde <sup>3</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	<b>Sopa:</b> Sopa de coração e feijão vermelho <b>Prato principal:</b> Bife de peru grelhado, cogumelos, esparguete e salada de tomate <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Igual <b>Sobremesa:</b> Fruta	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	<b>Sopa:</b> Sopa de alho francês, cenoura e massinhas <b>Prato principal:</b> Pá de porco estufada com arroz e macedónia de legumes <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Igual <b>Sobremesa:</b> Fruta	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão-verde <b>Prato principal:</b> Salada de grão com ovo, batata, molho verde <sup>3</sup> <b>Prato dieta:</b> Igual <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 inofensivos.

