



# EMENTA Valência Infantil – Pré-escolar

Semana: 05 a 09 de março 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 alho francês <b>Prato principal:</b> Bolonhesa de atum com ervilhas e cenoura <sup>4,1</sup> <b>Prato dieta:</b> Igual <b>Sobremesa:</b> Fruta	Leite + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
<b>3ª Feira</b>	Bolacha Maria	<b>Sopa:</b> Canja <b>Prato principal:</b> Carne de vaca à jardineira (batata, cenoura, ervilha, feijão verde) <b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com batata, cenoura, ervilha e feijão-verde) <b>Sobremesa:</b> Fruta	logurte aromas + pão com fiambre	Pão	
<b>4ª Feira</b>	Peça de fruta	<b>Sopa:</b> Sopa de grão e cenoura <b>Prato principal:</b> Bolinhos de bacalhau com salada de feijão-frade e arroz <sup>1,3,4</sup> <b>Prato dieta:</b> Pescada cozida com arroz branco e salada de feijão-frade <b>Sobremesa:</b> Fruta	Fruta+ ½ pão com queijo	Bolacha Maria	
<b>5ª Feira</b>	Pão com fiambre	<b>Sopa:</b> Sopa de couve portuguesa e feijão branco <b>Prato principal:</b> Coxinhas de frango assadas com massa espiral e salada de cenoura <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Coxinhas de frango cozidas com massa espiral cozida e salada de cenoura <b>Sobremesa:</b> Fruta	Leite + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
<b>6ª Feira</b>	Bolacha Maria	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal:</b> Pescada estufada com molho de marisco, arroz e salada de alface <sup>1,4</sup> <b>Prato dieta:</b> Pescada cozida com arroz e salada de alface <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.

