



# EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 11 a 15 de junho 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 feijão-verde <b>Prato principal:</b> Rissóis de peixe com salada russa <sup>4,3</sup> <b>Prato dieta:</b> Peixe cozido com salada russa <b>Sobremesa:</b> Fruta	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	<b>Sopa:</b> Sopa de legumes <b>Prato principal:</b> Rancho (carne de vaca e porco, macarrão, grão e cenoura) <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com macarrão cozido, grão e cenoura <b>Sobremesa:</b> Fruta	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	<b>Sopa:</b> Sopa de couve coração e feijão vermelho <b>Prato principal:</b> Solha assada com batata cozida e feijão-verde <sup>4</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 couve portuguesa <b>Prato principal:</b> Bifes de frango grelhados com arroz e jardineira de legumes (ervilha, cenoura feijão verde) <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 grão e cenoura <b>Prato principal:</b> Bolonhesa de atum com salada de alface <sup>4,1</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 inofensivas.