



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 22 a 26 de outubro de 2018



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga	Sopa: Sopa de couve coração Prato principal: Bolonhesa de atum com salada de cenoura ^{1,4} Prato dieta: Bolonhesa de atum com salada de cenoura ^{1,4} Sobremesa: Maçã	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa à Lavrador Prato principal: Fêveras grelhadas com arroz de feijão e salada de tomate ¹ Prato dieta: Fêveras grelhadas com arroz de feijão e salada de tomate ¹ Sobremesa: Ananás em calda	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Creme de abóbora Prato principal: Pescada estufada com batata assada e feijão verde ⁴ Prato dieta: Pescada cozida com batata cozida e feijão verde ⁴ Sobremesa: Banana	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	Sopa: Sopa de couve flor Prato principal: Frango estufado com massa cotovelinhos e salada de alface ¹ Prato dieta: Frango estufado com massa cotovelinhos e salada de alface ¹ Sobremesa: Laranja	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de feijão Branco Prato principal: Salada de grão com batata, bacalhau e ovo e cenoura cozida ^{1,3,4} Prato dieta: Abrótea assada com batata cozida e cenoura cozida ¹ Sobremesa: Melancia	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.