



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 29 de outubro a 02 de novembro de 2018



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Massa à Lavrador e cenoura cozida ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada com macarrão e cenoura cozida ^{1,4} Sobremesa: Banana	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Creme de abóbora Prato principal: Abrótea assada com batata cozida e couve coração cozida ⁴ Prato dieta: Abrótea assada com batata cozida e couve coração cozida ⁴ Sobremesa: Kiwi	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa de cenoura e ervilha Prato principal: Bife de frango grelhado com esparguete e salada de tomate ¹ Prato dieta: Bife de frango grelhado com esparguete e salada de tomate ¹ Sobremesa: laranja	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira		FERIADO 1 DE NOVEMBRO DIA DE TODOS OS SANTOS			
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de couve coração Prato principal: Douradinhos no forno com arroz de cenoura e salada de alface ^{1,4} Prato dieta: Filete no forno com arroz de cenoura e salada de alface ^{1,4} Sobremesa: Pêra	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.

