



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 17 a 21 de dezembro de 2018



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga	Sopa: Creme de cenoura Prato principal: Massa à Lavrador e couve coração ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada com macarrão e couve coração ¹ Sobremesa: Kiwi	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de brócolos Prato principal: Red fish no forno com arroz e cenoura cozida ^{1,4} Prato dieta: Red fish no forno com arroz e cenoura cozida ^{1,4} Sobremesa: Tangerina	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa de lentilhas Prato principal: Bife de peru de cebolada com esparguete e couve coração cozido ¹ Prato dieta: Bife de peru estufado com esparguete e couve coração cozido ¹ Sobremesa: Pêra	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Filete de pescada estufado com arroz de cenoura e brócolos ^{1,4} Prato dieta: Filete estufado com arroz de cenoura e brócolos ^{1,4} Sobremesa: Laranja	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Caldo verde Prato principal: Rojões com arroz de cenoura e salada de alface ¹ Prato dieta: Carne de porco estufada com arroz de cenoura e salada de alface ¹ Sobremesa: Kiwi	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.

