



EMENTA Valência Infantil – aquisição de marcha

Semana: 10 a 14 de dezembro de 2018



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de cenoura e ervilha Prato principal: Salada de atum, grão e batata cozida ⁴ Prato dieta: Batata cozida, grão e atum ⁴ Sobremesa: Kiwi	Papa Cérelac	logurte e bolachas (3)	
3ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Ovos mexidos com fiambre e arroz e cenoura cozida ^{1,3} Prato dieta: Ovos mexidos com fiambre e arroz e cenoura cozida ^{1,3} Sobremesa: Pêra	Papa Nestum	logurte e bolachas (3)	
4ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Creme de legumes Prato principal: Pescada estufada com batata assada e couve coração ⁴ Prato dieta: Raia estufada com arroz de cenoura e couve coração ^{1,4} Sobremesa: Tangerina	Papa Cérelac	logurte e bolachas (3)	
5ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de feijão encarnado Prato principal: Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface ¹ Prato dieta: Bife de frango grelhado com esparguete e salda de alface ¹ Sobremesa: Banana	Papa Nestum	logurte e bolachas (3)	
6ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de brócolos Prato principal: Bacalhau à Gomes de Sá e brócolos cozidos ⁴ Prato dieta: Bacalhau cozido com batata cozida e brócolos cozidos ⁴ Sobremesa: Maçã	Papa Cérelac	logurte e bolachas (3)	

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.

