



EMENTA Valência Infantil – Pré-escolar

Semana: 03 a 07 de dezembro 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: Rancho e cenoura cozida ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada com macarrão e cenoura cozida ¹ Sobremesa: Pêra	Leite + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Creme de cenoura Prato principal: Bolinhos de bacalhau c/ feijão frade e arroz e couve flor ^{1,3,4} Prato dieta: Bacalhau com batata cozida e couve flor ¹ Sobremesa: Banana	logurte aromas + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa de couve-flor Prato principal: Perninha de frango grelhada com esparguete e couve coração ¹ Prato dieta: Perninha de frango grelhada com esparguete e couve coração ¹ Sobremesa: Tangerina	Fruta+ ½ pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	Sopa: Sopa de cenoura e ervilha Prato principal: Filete de pescada crocante no forno com salada russa ^{4,3} Prato dieta: Filete de pescada estufado com salada russa ⁴ Sobremesa: Pêra	Leite + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de alho-francês Prato principal: Pá de porco estufada com arroz de cenoura e macedónia de legumes ¹ Prato dieta: Pá de porco estufada com arroz de cenoura e macedónia de legumes ¹ Sobremesa: Gelatina	logurte aromas + 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.

