



EMENTA Valência Infantil – aquisição de marcha

Semana: 14 a 18 de janeiro de 2019



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Creme de cenoura Prato principal: Jardineira com arroz, ervilha e cenoura ¹ Prato dieta: Carne de vaca cozida com arroz, ervilha e cenoura ¹ Sobremesa: Kiwi	Papa Cérelac	logurte e bolachas (3)	
3ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de brócolos Prato principal: Red fish no forno com batata estufada e feijão verde ⁴ Prato dieta: Red fish cozido com batata cozida e feijão verde ⁴ Sobremesa: Tangerina	Papa Nestum	logurte e bolachas (3)	
4ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de lentilhas Prato principal: Bife de peru de cebolada com esparguete e cenoura cozida ¹ Prato dieta: Bife de peru cozido com esparguete e cenoura cozida ¹ Sobremesa: Pêra	Papa Cérelac	logurte e bolachas (3)	
5ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Filete de pescada estufado com arroz de cenoura e brócolos ^{1,4} Prato dieta: Filete cozido com arroz branco de cenoura e brócolos ^{1,4} Sobremesa: Laranja	Papa Nestum	logurte e bolachas (3)	
6ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Caldo verde Prato principal: Massa à bolonhesa e salada de alface ¹ Prato dieta: Carne picada cozida com massa branca e salada de alface ¹ Sobremesa: Banana	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.

