



## EMENTA Valência Infantil – aquisição de marcha

Semana: 21 a 25 de janeiro de 2019



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
<b>2ª Feira</b>	Papa de Fruta	<b>Sopa:</b> Sopa de couve coração <b>Prato principal:</b> Bolonhesa de atum com brócolos <sup>1,4</sup> <b>Prato dieta:</b> Bolonhesa de atum com brócolos <sup>1,4</sup> <b>Sobremesa:</b> Maçã	Papa Cérelac	logurte e bolachas (3)	
<b>3ª Feira</b>	Papa de Fruta	<b>Sopa:</b> Sopa à Lavrador <b>Prato principal:</b> Fêveras grelhadas com arroz de feijão branco e cenoura cozida <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Fêveras cozidas com arroz branco, feijão e cenoura cozida <sup>1</sup> <b>Sobremesa:</b> Tangerina	Papa Nestum	logurte e bolachas (3)	
<b>4ª Feira</b>	Papa de Fruta	<b>Sopa:</b> Sopa de brócolos <b>Prato principal:</b> Pescada estufada com batata assada e couve flor <sup>4</sup> <b>Prato dieta:</b> Pescada cozida com batata cozida e couve flor <sup>4</sup> <b>Sobremesa:</b> Banana	Papa Cérelac	logurte e bolachas (3)	
<b>5ª Feira</b>	Papa de Fruta	<b>Sopa:</b> Sopa de couve flor <b>Prato principal:</b> Frango estufado com massa cotovelinhos e feijão verde <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Frango estufado com massa cotovelinhos e feijão verde <sup>1</sup> <b>Sobremesa:</b> Laranja	Papa Nestum	logurte e bolachas (3)	
<b>6ª Feira</b>	Papa de Fruta	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão Branco <b>Prato principal:</b> Abrótea assada com batata cozida, couve coração e molho verde <sup>4</sup> <b>Prato dieta:</b> Abrótea cozida com batata cozida e couve coração <sup>4</sup> <b>Sobremesa:</b> 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.

