



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 11 a 15 de março de 2019



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga	Sopa: Sopa de cenoura e ervilha Prato principal: Bolonhesa de atum com juliana de legumes ^{4,1} Prato dieta: Massa esparguete cozida com atum e legumes cozidos ^{4,1} Sobremesa: Pêra	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Jardineira com arroz e salada de tomate ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada com arroz ervilha e cenoura ^{1,3} Sobremesa: Maçã	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Creme de legumes Prato principal: Petinga com arroz solto de tomate e hortaliça ^{4,1} Prato dieta: Abrótea cozida com arroz branco e hortaliça cozida ^{4,1} Sobremesa: Laranja	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	Sopa: Sopa de feijão branco Prato principal: Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface ¹ Prato dieta: Bife de frango grelhado com esparguete e salada de alface ¹ Sobremesa: Banana	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de brócolos Prato principal: Filete de pescada estufada com arroz primavera ^{3,4} Prato dieta: Filete de pescada cozida com arroz ^{3,4} Sobremesa: Tangerina	logurte + pão com manteiga	Pão	Quaresma (Jejum)

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.

