



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 25 a 29 março 2019



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: Massa à bolonhesa com couve coração salteada ¹ Prato dieta: Massa à bolonhesa com couve coração salteada ¹ Sobremesa: Maçã	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa à Lavrador Prato principal: Pá de porco estufada com arroz de feijão branco ¹ Prato dieta: Pá de porco cozida com arroz branco de feijão branco ¹ Sobremesa: Tangerina	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa de brócolos Prato principal: Rissóis de peixe com arroz solto de tomate e hortaliça ^{4,1} Prato dieta: Pescada cozida com arroz branco e hortaliça ^{4,1} Sobremesa: Kiwi	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	Sopa: Sopa de couve flor Prato principal: Bife de frango grelhado com massa espirais e salada de alface ¹ Prato dieta: Bife de frango grelhado com massa espirais e salada de alface ¹ Sobremesa: Pêra	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de feijão Branco Prato principal: Red fish assado com batata cozida e hortaliça ⁴ Prato dieta: Red fish cozido com batata cozida e hortaliça ⁴ Sobremesa: Maçã	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.

