



EMENTA Valência Infantil – Pré-escolar

Semana: 04 a 8 de março de 2019



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga	<p>Sopa: Sopa de couve coração</p> <p>Prato principal: Ovos mexidos, no forno, com fiambre e arroz primavera ^{1,3}</p> <p>Prato dieta: C Ovos mexidos, no forno, com fiambre e arroz primavera ^{1,3}</p> <p>Sobremesa: Pêra</p>	Leite + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira		CARNAVAL			
4ª Feira	Peça de fruta	<p>Sopa: Sopa de couve-flor</p> <p>Prato principal: Raia estufada com batata cozida e legumes ⁴</p> <p>Prato dieta: Peixe cozido com batata cozida e legumes cozidos ⁴</p> <p>Sobremesa: Maçã</p>	Fruta+ ½ pão com queijo	Bolacha Maria	Quarta feira de cinzas
5ª Feira	Pão com fiambre	<p>Sopa: Sopa de cenoura e ervilha</p> <p>Prato principal: Pá de porco estufada com arroz solto de cenoura e hortaliça ¹</p> <p>Prato dieta: Pá de porco estufada com arroz branco de cenoura e hortaliça ¹</p> <p>Sobremesa: Laranja</p>	Leite + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	<p>Sopa: Sopa de alho-francês</p> <p>Prato principal: Tintureira estufada com salada russa (batata, cenoura e ervilha)⁴</p> <p>Prato dieta: Tintureira cozida com salada russa (batata, cenoura e ervilha) ⁴</p> <p>Sobremesa: Gelatina</p>	logurte aromas + pão com manteiga	Pão	Dia de 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.

