



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 01 a 05 de abril de 2019



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga	Sopa: Sopa de ervilha e cenoura Prato principal: Pá de porco estufada com arroz solto de cenoura e hortaliça ¹ Prato dieta: Pá de porco estufada com arroz branco de cenoura e hortaliça ¹ Sobremesa: Laranja	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de couve flor Prato principal: Raia estufada com batata assada e legumes ⁴ Prato dieta: Peixe cozido com batata cozida e legumes cozidos ⁴ Sobremesa: Maçã	logurte + pão com fiambre	Pão	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa de hortaliça e feijão Prato principal: Lasanha de Carne de vaca com cenoura raspada ¹ Prato dieta: Carne de vaca cozida com esparguete banco e cenoura raspada ¹ Sobremesa: Banana	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	Sopa: Sopa de couve Coração Prato principal: Ovos mexidos, no forno, com fiambre e arroz primavera ^{1,3} Prato dieta: Peixe cozido, com ovo cozido e arroz branco e legumes cozidos ^{1,4} Sobremesa: Pêra	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de alho-francês Prato principal: Abrótea estufada com salada russa (batata, cenoura e ervilha) ⁴ Prato dieta: Abrótea cozida com salada russa (batata, cenoura e ervilha) ⁴ Sobremesa: Tangerina	logurte + 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.

