



EMENTA Valência Infantil – Pré-escolar

Semana: 20 a 24 de maio de 2019



| Refeição | Reforço da manhã | Almoço | Lanche | Reforço da tarde | Alterações (especificar/data/rubrica) |
|----------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------|---------------------------------------|
| 2ª Feira | Pão com manteiga | Sopa: Creme de cenoura Prato principal: Massa à lavrador com hortaliça ¹ Prato dieta: Carne de vaca cozida com macarrão cozido e hortaliça ¹ Sobremesa: Kiwi | Leite + ½ pão com manteiga | Bolacha Maria | |
| 3ª Feira | Bolacha Maria | Sopa: Sopa de brócolos Prato principal: Pescada assada com batata assada e brócolos ⁴ Prato dieta: Pescada cozida com batata cozida e brócolos ⁴ Sobremesa: Maçã | logurte aromas + pão com fiambre | Pão | |
| 4ª Feira | Peça de fruta | Sopa: Sopa de lentilhas Prato principal: Arroz de aves e salada de alface ¹ Prato dieta: Arroz de aves cozido e salada de alface ¹ Sobremesa: Pêra | Fruta+ ½ pão com queijo | Bolacha Maria | |
| 5ª Feira | Pão com fiambre | Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Bacalhau à Brás com couve coração ^{1,3,4} Prato dieta: Abrótea cozida com batata cozida e couve coração ^{1,3,4} Sobremesa: Tangerina | Leite + ½ pão com marmelada | Fruta da época | |
| 6ª Feira | Bolacha Maria | Sopa: Caldo verde Prato principal: Costeletas estufadas com arroz solto de feijão vermelho e juliana de legumes ¹ Prato dieta: Costeletas cozida com arroz branco e juliana de legumes ¹ Sobremesa: Laranja | logurte aromas + pão com manteiga | Pão | |

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.

