



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 10 a 14 junho de 2019



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga	FERIADO	Papa Cérelac + ½ pão com manteiga	Bolacha Maria	
3ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Costeletas estufadas com espirais e salada de alface ¹ Prato dieta: Costeletas cozidas com espirais cozidas e salada de alface ¹ 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 Prato dieta: Abrótea cozida com arroz branco e hortaliça cozida Sobremesa: Laranja	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	Sopa: Sopa de feijão branco Prato principal: Salada russa (batata, grão, cenoura, ervilhas, atum) e salada de tomate ⁴ Prato dieta: Salada russa (batata, grão, cenoura, ervilhas, atum) e salada de tomate ⁴ Sobremesa: Banana	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de feijão branco Prato principal: Ovos mexidos no forno com fiambre, arroz e juliana de legumes ^{3,4} Prato dieta: Peixe cozido com ovo cozido, batata cozida e juliana de legumes ^{4,3} Sobremesa: Banana	logurte + 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.

