



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 17 a 21 de junho 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	Papa Cérelac + 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 + 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	Leite + pão com queijo	Bolacha Maria	
5ª Feira	Pão com fiambre	Sopa: Sopa de couve coração Prato principal: Meia desfeita de bacalhau com couve coração e feijão frade ^{3,4} Prato dieta: Abrótea cozida com batata cozida e couve coração e feijão verde ^{3,4} Sobremesa: Tangerina	Nestum + ½ pão com marmelada	Fruta da época	
6ª Feira	Bolacha Maria	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Bife de frango grelhado com arroz solto de feijão branco e hortaliça ¹ Prato dieta: Bife de frango grelhado com arroz e feijão branco e hortaliça ¹ Sobremesa: Laranja	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.



Casa do Povo de Alvito- Rua da Aldeia, n.º 229 – Alvito S. Pedro 4750-084 BCL • Tel.: 253 880 639 • Fax: 253 881 103