



EMENTA Valência Infantil – Pré escolar

Semana: 30 de março a 3 de abril de 2020



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa de ervilha e cenoura Prato principal: Massa à Lavrador com brócolos ^{1,3} Prato dieta: Carne de vaca cozida com macarrão e brócolos ^{1,3} Sobremesa: Maçã	Leite ⁷ + ½ pão com fiambre ¹	Bolacha Maria ^{1,3,7}	
3ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa à lavrador Prato principal: Red fish assado com batata assada e feijão verde ⁴ Prato dieta: Red fish grelhado com batata cozida e feijão verde ⁴ Sobremesa: Banana	logurte aromas ⁷ + ½ pão com manteiga ^{1,7}	Pão com manteiga ^{1,7}	
4ª Feira	Pão com fiambre ¹	Sopa: Sopa de Brócolos Prato principal: Frango assado com massa esparguete e salada de alface ^{1,3} Prato dieta: Frango cozido com massa esparguete e salada de alface ^{1,3} Sobremesa: Kiwi	Fruta+ ½ pão com marmelada ^{1,7}	Bolacha Maria ^{1,3,7}	
5ª Feira	Pão com fiambre ¹	Sopa: Sopa de couve Coração Prato principal: Costeleta à Salsicheiro com batata cozida e salada de alface Prato dieta: Costeleta grelhada com batata cozida e salada de alface Sobremesa: Pera	Leite ⁷ + ½ pão com manteiga ^{1,7}	Pão com manteiga ^{1,7}	
6ª Feira	Bolacha Maria ^{1,3,7}	Sopa: Creme de cenoura Prato principal: Filete de pescada no forno com arroz de legumes e macedónia ^{1,3,4} Prato dieta: Filete de pescada cozido com arroz de legumes e macedónia ^{1,3,4} Sobremesa: Laranja	logurte aromas ⁷ + pão Com fiambre ^{1,3,7}	Peça de fruta	Quaresma



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.