



EMENTA Valência Infantil – Pré-escolar

Semana: 12 a 16 de outubro de 2020



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga ^{1,3}	Sopa: Sopa de coração Prato principal: Bolinhos de bacalhau com arroz e salada de alface ^{1,3,4,5,6,7,9} Prato dieta: Pescada cozida com arroz e salada de alface ⁴ Sobremesa: Banana	Leite ⁷ + ½ pão com fiambre ¹	Bolacha Maria ^{1,3,7}	
3ª Feira	Bolacha Maria ^{1,3,7}	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Jardineira de carne de vaca com arroz Prato dieta: Carne de vaca cozida com arroz branco e macedónia cozida Sobremesa: Melancia	logurte aromas ⁷ + ½ pão com manteiga ^{1,7}	Pão com manteiga ^{1,7}	
4ª Feira	Peça de fruta	Sopa: Sopa de couve-flor e feijão branco Prato principal: Abrótea estufada com arroz de ervilhas e feijão verde ⁴ Prato dieta: Abrótea cozida com arroz de ervilhas e feijão verde ⁴ Sobremesa: Maçã	Fruta+ ½ pão com marmelada ¹	Bolacha Maria ^{1,3,7}	
5ª Feira	Pão com fiambre ¹	Sopa: Sopa de feijão-verde Prato principal: Coxa de frango estufada com espirais e brócolos cozidos ^{1,3} Prato dieta: Coxa de frango cozida com espirais e brócolos cozidos ^{1,3} Sobremesa: Laranja	Leite ⁷ + ½ pão com manteiga ^{1,7}	Pão com manteiga ^{1,7}	
6ª Feira	Bolacha Maria ^{1,3,7}	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Bolonhesa de atum e salada de alface ^{1,3,4,5,6,7,11} Prato dieta: Atum ao natural com batata cozida e salada de alface ^{1,3} Sobremesa: Melão	logurte aromas ⁷ + pão Com fiambre ^{1,3,5,6}	Peça de fruta	



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.