



EMENTA Valência Infantil – aquisição de marcha

Semana: 25 a 29 de janeiro de 2021



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de feijão-verde Prato principal: Filete de pescada no forno com arroz de cenoura e juliana de legumes ^{1,3,4,12} Prato dieta: Pescada cozida com salada de batata e juliana de legumes ⁴ Sobremesa: Maçã	Papa Cérelac ^{1,7}	logurte e bolachas (3) ^{1,3,7}	
3ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Peru estufado com macarronete e macedónia ^{1,3} Prato dieta: Peru cozido com macarronete e macedónia ^{1,3} Sobremesa: Pera	Papa Nestum ^{1,7}	logurte e bolachas (3) ^{1,3,7}	
4ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de couve coração e feijão vermelho Prato principal: Petinga frita com arroz de tomate e feijão verde ^{1,3,4,5,6} Prato dieta: Red fish cozida com arroz e feijão verde ⁴ Sobremesa: Laranja	Papa Cérelac ^{1,7}	logurte e bolachas (3) ^{1,3,7}	
5ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa à Lavrador Prato principal: Rancho com juliana de legumes ^{1,3} Prato dieta: Cubos de vaca cozida com macarrão e juliana de legumes ^{1,3} Sobremesa: Banana	Papa Nestum ^{1,7}	logurte e bolachas (3) ^{1,3,7}	
6ª Feira	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de grão e cenoura Prato principal: Ovos mexidos no forno com fiambre e arroz de cenoura e salada de tomate ^{1,3,4,5,6} Prato dieta: Bife de frango grelhado e arroz de cenoura e salada de tomate ^{1,3,4,5,6} Sobremesa: Melão	Papa Cérelac ^{1,7}	logurte e bolachas (3) ^{1,3,7}	



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