



# EMENTA Valência Infantil – aquisição de marcha

Semana: 18 a 24 de julho de 2022



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
<b>2ª Feira</b>	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de couve flor Prato principal: Esparguete à bolonhesa, salada <sup>1</sup> Prato dieta: Carne de vaca, esparguete cozida, salada Sobremesa: Fruta da época	Papa Cérelac <sup>1,7</sup>	logurte e bolachas (3) <sup>1,3,7</sup>	
<b>3ª Feira</b>	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de repolho Prato principal: Arroz de atum, juliana de legumes Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época	Papa Nestum <sup>1,7</sup>	logurte e bolachas (3) <sup>1,3,7</sup>	
<b>4ª Feira</b>	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de couve coração e feijão vermelho Prato principal: Costeletas de porco estufadas, batatas estufadas e legumes <sup>1</sup> Prato dieta: Costeletas de porco e batata cozida, legumes <sup>1</sup> Sobremesa: Fruta da época	Papa Cérelac <sup>1,7</sup>	logurte e bolachas (3) <sup>1,3,7</sup>	
<b>5ª Feira</b>	Papa de Fruta	Sopa: Caldo verde Prato principal: Lombinhos de pescada assados com arroz de legumes <sup>1,4</sup> Prato dieta: Peixe, batata cozida e legumes <sup>4</sup> Sobremesa: Fruta da época	Papa Nestum <sup>1,7</sup>	logurte e bolachas (3) <sup>1,3,7</sup>	
<b>6ª Feira</b>	Papa de Fruta	Sopa: Sopa de espinafres com grão Prato principal: Bife de frango grelhado, massa espirais, salada <sup>1</sup> Prato dieta: Bife de frango e massa espiral cozida, salada <sup>1</sup> Sobremesa: Fruta da época	Papa Cérelac <sup>1,7</sup>	logurte e bolachas (3) <sup>1,3,7</sup>	



A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup> Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup> Crustáceos, <sup>3</sup> Ovos, <sup>4</sup> Peixes, <sup>5</sup> Amendoins, <sup>6</sup> Soja, <sup>7</sup> Leite, <sup>8</sup> Frutos de casca rija, <sup>9</sup> Aipo, <sup>10</sup> Mostarda, <sup>11</sup> Sementes de Sésamo, <sup>12</sup> Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup> Tremoços, <sup>14</sup> Moluscos.