



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 17 a 21 de outubro de 2022



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga ¹	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Rancho ¹ Prato dieta: Carne de vaca e massa cozidas com grão Sobremesa: Fruta da época	Leite + pão com manteiga ¹	Fruta	
3ª Feira	Fruta	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Arroz de atum e juliana de legumes ^{4,1} Prato dieta: Atum ao natural, arroz e legumes Sobremesa: Fruta da época	logurte ⁷ + pão com fiambre ¹	Pão com manteiga ¹	
4ª Feira	Pão com fiambre ¹	Sopa: Sopa de couve coração e feijão vermelho Prato principal: Costeletas estufadas com batata estufada e juliana de legumes Prato dieta: Costeletas cozidas com batata cozida e juliana de legumes Sobremesa: Fruta da época	Fruta + pão ¹	Bolacha Maria ^{1,3,7}	
5ª Feira	Pão com manteiga ¹	Sopa: Creme de legumes Prato principal: Filete de pescada assado com arroz e macedónia ^{4,1} Prato dieta: Pescada cozida, arroz e macedónia Sobremesa: Fruta da época	Leite + pão com chocolate/doce ¹	Pão com manteiga ¹	
6ª Feira	Fruta	Sopa: Sopa de grão e cenoura Prato principal: Frango assado com massa e ervilhas ¹ Prato dieta: Frango cozido com massa e ervilhas Sobremesa: Fruta da época	logurte ⁷ + pão com Manteiga ¹	Bolacha Maria ^{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, ³ Ovos, ⁴ Peixes, ⁵ Amendoins, ⁶ Soja, ⁷ Leite, ⁸ Frutos de casca dura, ⁹ Aipo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes de Sésamo, ¹² Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³ Tremoços, ¹⁴ Moluscos.