



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 28 de novembro a 2 de dezembro de 2022



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga ¹	Sopa: Creme de legumes Prato principal: Bolonhesa de atum, salada Prato dieta: Atum ao natural com massa branca Sobremesa: Fruta da época	Leite + pão com manteiga ¹	Fruta	
3ª Feira	Fruta	Sopa: Sopa de lombarda Prato principal: Ovo mexido, arroz e salada ^{3,1} Prato dieta: Ovo cozido, arroz branco e salada ^{3,1} Sobremesa: Fruta da época	logurte ⁷ + pão com fiambre ¹	Pão com manteiga ¹	
4ª Feira	Pão com fiambre ¹	Sopa: Sopa de brócolos Prato principal: Filetes com salada russa ^{4,3} Prato dieta: Pescada e batata cozidos, feijão verde Sobremesa: Fruta da época	Fruta + pão ¹	Bolacha Maria ^{1,3,7}	
5ª Feira	Pão com manteiga ¹	FERIADO	Leite + pão com chocolate/doce ¹	Pão com manteiga ¹	
6ª Feira	Fruta	Sopa: Sopa de lentilhas Prato principal: Frango estufado com arroz e salada ¹ Prato dieta: Frango cozido, arroz e salada ¹ 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 rija, ⁹ Aipo, ¹⁰ Mostarda, ¹¹ Sementes de Sésamo, ¹² Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹³ Tremoços, ¹⁴ Moluscos.