



EMENTA Valência Infantil – Creche

Semana: 5 a 9 de dezembro de 2022



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga ^{1,7}	Sopa: Sopa de couve-coração Prato principal: Jardineira de carne de vaca Prato dieta: Carne de vaca cozida com batata e cenoura cozidas Sobremesa: Fruta da época	Leite ⁷ + pão com manteiga ^{1,7}	Fruta	
3ª Feira	Fruta	Sopa: Creme de cenoura e abóbora Prato principal: Filete de pescada estufado com arroz de cenoura, e salada de alface ⁴ Prato dieta: Filete de pescada cozido com arroz branco, e couve-coração cozida ⁴ Sobremesa: Fruta da época	logurte ⁷ + pão com fiambre ^{1,6,7}	Pão com manteiga ^{1,7}	
4ª Feira	Pão com fiambre ^{1,6,7}	Sopa: Creme de couve flor Prato principal: Bife de frango grelhado com massa espiral, e juliana de legumes Prato dieta: Bife de frango grelhado com massa espiral, e juliana de legumes Sobremesa: Fruta da época	Fruta + pão simples ¹	Bolacha Maria ^{1,6,7,11,12}	
5ª Feira	-	FERIADO	-	-	
6ª Feira	Fruta	Sopa: Sopa de alho-francês Prato principal: Lombrinho de Pescada no Forno com arroz solto de tomate, e juliana de legumes ⁴ Prato dieta: Lombrinho de Pescada cozido com arroz branco, e juliana de legumes ⁴ Sobremesa: Fruta da época	logurte ⁷ + pão com Manteiga ^{1,7}	Bolacha Maria ^{1,6,7,11,12}	

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.

