EMENTA Valência Infantil – Creche (24/36meses)

Semana: 27 de novembro a 1 de dezembro de 2023

Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga[1,7]	**Sopa:** Sopa de couve flor **Prato principal:** Jardineira (batata, carne de vaca/porco, cenoura, ervilha, feijão verde) **Prato dieta:** Carne vaca cozida, batata cozida, salada de cenoura **Sobremesa:** Fruta da época	Fruta + pão com manteiga[1,7]	Fruta ao natural	
3ª Feira	Fruta da época	**Sopa:** Sopa de alface **Prato principal:** Lombinhos pescada assados, arroz cenoura, salada mista [1,4] **Prato dieta:** Peixe e arroz cozido, salada mista **Sobremesa:** Fruta da época	Leite[7] + pão com fiambre[1,6,7]	Pão com manteiga[1,7]	
4ª Feira	Pão com fiambre[1,6,7]	**Sopa:** Sopa de curgete **Prato principal:** Bife de frango grelhado, esparguete, feijão verde cozido [1] **Prato dieta:** Bife frango cozido, esparguete branco e feijão verde cozido **Sobremesa:** Fruta da época	Fruta da época + pão simples[1]	Bolacha Maria[1,6,7,11,12]	
5ª Feira	Pão com manteiga [1,7]	**Sopa:** Sopa de couve lombarda **Prato principal:** Filete no forno, salada russa (batata, cenoura, ervilham feijão verde) [4] **Prato dieta:** Peixe cozido, salada russa **Sobremesa:** Fruta da época	Iogurte + pão com marmelada [1,7]	Pão com manteiga[1,7]	
6ª Feira	Fruta da época	**FERIADO**	Leite[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.

NOTA: A sopa servida tem na sua constituição carne ou pescado, conforme a ementa do dia.

Mod.089.07