



EMENTA Valência Infantil – Creche (24/36meses)

Semana: 1 a 5 de dezembro de 2024



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga ^{1,7}	ENCERRADOS – DIA DE ANO NOVO	Fruta + pão com manteiga ^{1,7}	Fruta ao natural	
3ª Feira	Fruta da época	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal: Pescada assada com arroz de legumes e salada de cenoura Prato dieta: Pescada estufada ao natural, arroz de legumes, salada de cenoura ⁴ 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: Creme de cenoura Prato principal: Ovos mexidos no forno com arroz, salada de alface ^{1,3} Prato dieta: Ovo cozido com arroz branco, salada de alface 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 feijão verde Prato principal: Rissóis de peixe, salada russa ^{1,4,3} Prato dieta: Peixe cozido com arroz branco e juliana de legumes Sobremesa: Fruta da época	logurte + pão com marmelada ^{1,7}	Pão com manteiga ^{1,7}	
6ª Feira	Fruta da época	Sopa: Sopa de alface Prato principal: Bife de frango grelhado, esparguete, salada cenoura ¹ Prato dieta: Bife de frango grelhado, massa branca, salada cenoura Sobremesa: Fruta da época	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 Tremeços, ¹⁴ Moluscos.

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