



# EMENTA Valência Infantil – Creche (24/36meses)



Semana: 12 a 16 de fevereiro de 2024

Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche	Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga <sup>1,7</sup>	<b>Sopa:</b> Sopa de lentilhas <b>Prato principal:</b> Esparguete à bolonhesa e macedónia de legumes <sup>1</sup> <b>Prato dieta:</b> Carne de vaca cozida com esparguete cozida e macedónia de legumes <sup>1</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	Fruta + pão com manteiga <sup>1,7</sup>	Fruta ao natural	
3ª Feira	Fruta da época	<b>ENCERRADOS - CARNAVAL</b>	Leite <sup>7</sup> + pão com fiambre <sup>1,6,7</sup>	Pão com manteiga <sup>1,7</sup>	
4ª Feira	Pão com fiambre <sup>1,6,7</sup>	<b>Sopa:</b> Creme de cenoura <b>Prato principal:</b> Bolinhos de bacalhau, salada de feijão frade e arroz <sup>1,4,3</sup> <b>Prato dieta:</b> Pescada cozida com salada de feijão frade e arroz <sup>1,4</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	Fruta da época + pão simples <sup>1</sup>	Bolacha Maria <sup>1,6,7,11,12</sup>	
5ª Feira	Pão com manteiga <sup>1,7</sup>	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão verde <b>Prato principal:</b> Ovos mexidos no forno com arroz, salada de alface <sup>1,3</sup> <b>Prato dieta:</b> Ovo cozido com arroz branco, salada de alface <sup>1,3</sup> <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	logurte + pão com marmelada <sup>1,7</sup>	Pão com manteiga <sup>1,7</sup>	
6ª Feira	Fruta da época	<b>Sopa:</b> Sopa de feijão vermelho <b>Prato principal:</b> Tentáculos de pota com batata feijão verde e cenoura cozidos <sup>4</sup> <b>Prato dieta:</b> Igual <b>Sobremesa:</b> Fruta da época	Leite <sup>7</sup> + pão com manteiga <sup>1,7</sup>	Bolacha Maria <sup>1,6,7,11,12</sup>	

Mod.089.07

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: <sup>1</sup> Cereais que contêm glúten, <sup>2</sup> Crustáceos, <sup>3</sup> Ovos, <sup>4</sup> Peixes, <sup>5</sup> Amendoins, <sup>6</sup> Soja, <sup>7</sup> Leite, <sup>8</sup> Frutos de casca rija, <sup>9</sup> Aipo, <sup>10</sup> Mostarda, <sup>11</sup> Sementes de Sésamo, <sup>12</sup> Dióxido de enxofre e sulfitos, <sup>13</sup> Tremeços, <sup>14</sup> Moluscos.

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