



EMENTA Valência Infantil – Pré-escolar (3/4 anos e 4/5anos)

Semana: 11 a 15 de março de 2024



Refeição	Reforço da manhã	Almoço	Lanche		Reforço da tarde	Alterações (especificar/data/rubrica)
2ª Feira	Pão com manteiga ^{1,7}	Sopa: Sopa de alho francês Prato principal: Feijoada à transmontana ¹ Prato dieta: Carne de vaca estufada ao natural, coração e cenoura Sobremesa: Fruta da época	Fruta + pão com manteiga ^{1,7}		Fruta da época	
3ª Feira	Fruta da época	Sopa: Sopa de abóbora Prato principal e dieta: Tentáculos de pota com batata cozida, grão, ovo e molho verde ^{3,4} 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 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	3/4anos	4/5anos	Bolacha Maria ^{1,6,7,11,12}	
			Leite ⁷ + pão com manteiga ^{1,7}	Fruta + pão com manteiga ^{1,7}		
5ª Feira	Fruta da época	Sopa: Sopa de feijão verde Prato principal: Frango estufado com massa espirais e salada mista ¹ Prato dieta: Frango cozido com massa branca, salada mista ¹ Sobremesa: Fruta da época	logurte ⁷ + pão com marmelada ^{1,7}		Pão com manteiga ^{1,7}	
6ª Feira	Pão com manteiga ^{1,7}	Sopa: Sopa de feijão vermelho Prato principal: Bacalhau à Gomes de Sá ⁴ Prato dieta: Igual Sobremesa: Fruta da época	3/4anos	4/5anos	Bolacha Maria ^{1,6,7,11,12}	
			Leite ⁷ + pão com manteiga ^{1,7}	Fruta + pão com manteiga ^{1,7}		

Mod.089.07

A 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.