VALÊNCIA INFANCIA

EMENTA – ALMOÇO

De 1 DE FEVEREIRO 2019

SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA					SOPA DE ALHO FRANCÊS (abóbora, courgette, cenoura e alho francês)[9,12]
PRATO					ARROZ COM FRANGO ESFIADO E LEGUMES COZIDOS [5,6,12]
SOBREMESA					KIWI

De 4 a 8 DE FEVEREIRO 2019

SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA	CREME DE ABÓBORA (batata, cenoura, courgette e abóbora)[9,12]	SOPA DE COUVE GALEGA (courgette, cenoura, alho francês e couve galega)[9,12]	SOPA DE FEIJÃO E BRÓCULOS (cenoura, batata, feijão manteiga e bróculos)[9,12]	SOPA DE GRÃO DE BICO E ESPINAFRES (cenoura, batata, grão e espinafres)[9,12]	SOPA DE CORAÇÃO (batata, abóbora, cenoura e coração)[9,12]
PRATO	JARDINEIRA DE CARNES(PORCO, FRANGO, VACA)[5,6,9]	SALADA DE FEIJÃO FRADE COM BOLINHOS DE BACALHAU NO FORNO[1,3,4]	FRANGO ASSADO NO FORNO COM PURÉ ALFACE E CENOURA E BETERRABA[5,6,9,12]	ARROZ DE ATUM COM CENOURA E MILHO[1,3,4,5,6,]	ROJÕES COM ARROZ BRANCO E SALADA DE TOMATE E PEPINO[5,6]
SOBREMESA	TANGERINA	MAÇÃ	PÊRA	BANANA	KIWI

*Esta ementa está sujeita a alterações		
Data	**Alteração**	**Resp.**

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-tremoço 14-moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são completamente inofensivas. Reg. UE nº 1169/2011 (alergénios)

VALÊNCIA INFANCIA



EMENTA – ALMOÇO

De 11 a 15 DE FEVEREIRO 2019

SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA	SOPA DE ABÓBORA (batata, alho francês, ervilhas e abóbora)[9,12]	SOPA JULIANA (batata, cenoura, couve branca e feijão verde)[9,12]	SOPA DE ABÓBORA E COUVE (batata, alho francês, abóbora e couve flôr)[9,12]	SOPA DE ALHO FRANCÊS (abóbora, courgette, cenoura e alho francês)[9,12]	SOPA DE FEIJÃO BRANCO COM CENOURA (courgette, alho francês, cenoura e feijão branco)[9,12]
PRATO	MASSADA DE PEIXE E LEGUMES [1,3,4,12]	PÁ DE PORCO ASSADA COM ARROZ DE CENOURA E LEGUMES[5,6,9]	DOURADA ASSADA COM BATATA COZIDA E LEGUMES MISTOS[4,12]	FEIJOADA À PORTUGUESA[1,3,9]	PESCADA À GOMES DE SÁ [3,4,9]
SOBREMESA	BANANA	LARANJA	MAÇÃ	KIWI	PÊRA

De 18 a 22 de Fevereiro 2019

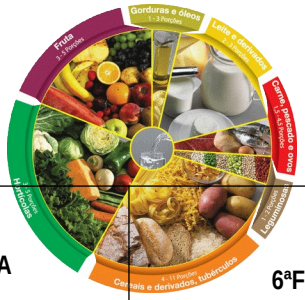
SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA	SOPA DE COUVE, CENOURA E CORAÇÃO (batata, cenoura, alho francês, couve e coração)[9,12]	SOPA DE ABÓBORA (batata, alho francês, ervilhas e abóbora)[9,12]	SOPA JULIANA (batata, cenoura, couve branca e feijão verde)[9,12]	SOPA DE FEIJÃO MANTEIGA E BRÓCULOS (cenoura, batata, feijão manteiga e bróculos)[9,12]	SOPA DE GRÃO DE BICO E ESPINAFRES (cenoura, batata, grão e espinafres)[9,12]
PRATO	BIFANAS ESTUFADAS COM ARROZ DE CENOURA E SALADA DE ALFACE[5,6]	PESCADA ESTUFADA COM BATATA CENOURA E ERVILHAS [4,6,14]	MASSA ESPARGUETE À BOLONHESA E SALADA DE TOMATE[1,3,5,6]	EMPADÃO DE ATUM COM SALADA DE CENOURA E ALFACE [3,4,5,6,]	ARROZ DE TOMATE COM FILETES NO FORNO E SALADA DE ALFACE[4,12]
SOBREMESA	MELÃO	PÊRA	BANANA	MAÇÃ	TANGERINA

*Esta ementa está sujeita a alterações		
Data	**Alteração**	**Resp.**

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-tremoço 14-moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são completamente inofensivas. Reg. UE nº 1169/2011 (alergénios)

De 25 a 28 de Fevereiro 2019

Centro Social de Durrães



SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA	SOPA DE COUVE, CENOURA E CORAÇÃO (batata, cenoura, alho francês, couve e coração)[9,12]	SOPA DE ALHO FRANCÊS (abóbora, courgette, cenoura e alho francês)[9,12]	SOPA DE ABÓBORA (batata, alho francês, ervilhas e abóbora)[9,12]	SOPA DE FEIJÃO MANTEIGA E BRÓCULOS (cenoura, batata, feijão manteiga e bróculos)[9,12]	
PRATO	ARROZ MISTO DE CARNES E LEGUMES[5,6]	CALDEIRADA DE PEIXES[4,5,6]	BIFES DE PERÚ GRELHADOS COM ARROZ DE CENOURA, SALADA DE ALFACE E CENOURA[1,8,12]	SALADA DE GRÃO DE BICO COM BACALHAU E BATATA COZIDA[4,5,6,8]	
SOBREMESA	KIWI	MAÇÃ	PÊRA	BANANA	

*Esta ementa está sujeita a alterações		
Data	**Alteração**	**Resp.**

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-tremoço 14-moluscos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias são completamente inofensivas. Reg. UE nº 1169/2011 (alergénios)