



VALÊNCIA INFANCIA

EMENTA – ALMOÇO

De 2 a 6 DE MARÇO 2020

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	RISSÓIS NO FORNO COM SALADA RUSSA ^{1,3,4,6}	MASSA ESPARGUETE COM ALMÔNDEGAS E ERVILHAS E CENOURA ^{3,6}	PEIXE VERMELHO ASSADO COM BATATA COZIDA E LEGUMES MISTOS ^{4,12}	ARROZ MISTO DE CARNES (PERÚ, FRANGO, VACA) COM ERVILHA E CENOURA ^{5,6}	PESCADA COZIDA COM BATATA, PENCA E CENOURA ^{4,5,6}
SOBREMESA	MELÃO	MAÇÃ	PÊRA	BANANA	TANGERINA

De 9 a 13 MARÇO 2020

SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA	SOPA DE ALHO FRANCÊS (abóbora, courgette, cenoura e alho francês) ^{9,12}	CREME DE ABÓBORA E CENOURA (batata, cenoura, abóbora e cebola) ^{9,12}	SOPA JULIANA (batata, cenoura, couve branca e feijão verde) ^{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	MASSA ESPARGUETE COM PEIXE E ERVILHAS E CENOURA ^{3,6}	BIFINHOS DE FRANGO GRELHADO COM ARROZ DE CENOURA E SALADA ^{1,3,7,12}	CAVALA NO FORNO COM BATATA COZIDA E CENOURA E COUVE BRANCA ^{4,9,12}	PÁ DE PORCO ASSADA COM ARROZ DE CENOURA E LEGUMES ^{5,6,9}	BACALHAU À BRÁS ^{3,4,5,12}
SOBREMESA	PÊRA	LARANJA	BANANA	MAÇÃ	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 16 a 20 MARÇO 2020

SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA	SOPA DE COUVE, CENOURA E CORAÇÃO (batata, cenoura, alho francês, couve e coração) ^{9,12}	CREME DE ABÓBORA E CENOURA (batata, cenoura, abóbora e cebola) ^{9,12}	SOPA DE FEIJÃO MANTEIGA E BRÓCULOS (cenoura, batata, feijão manteiga e bróculos) ^{9,12}	SOPA DE ALHO FRANCÊS (abóbora, courgette, cenoura e alho francês) ^{9,12}	SOPA DE CORAÇÃO (batata, abóbora, cenoura e coração) ^{9,12}
PRATO	LULAS/POTAS ESTUFADAS COM BATATAS ^{2,4,12,14}	BIFES DE PERÚ GRELHADOS COM ARROZ, SALADA DE ALFACE E CENOURA ^{5,6,12}	SARDINHAS COM ARROZ DE TOMATE ^{3,4,12}	COCHINHAS DE FRANGO ASSADO NO FORNO COM BATATA E SALADA DE TOMATE ^{1,3,6}	ARROZ DE LEGUMES COM DOURADINHOS NO FORNO ^{3,4,5,6}
SOBREMESA	LARANJA	MAÇÃ	PÊRA	BANANA	KIWI

De 23 a 27 DE MARÇO 2020

SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA	SOPA DE ALHO FRANCÊS (abóbora, courgette, cenoura e alho francês) ^{9,12}	CREME DE ABÓBORA E CENOURA (batata, cenoura, abóbora e cebola) ^{9,12}	SOPA DE FEIJÃO MANTEIGA E BRÓCULOS (cenoura, batata, feijão manteiga e bróculos) ^{9,12}	CREME DE ABÓBORA (batata, cenoura, courgette e abóbora) ^{9,12}	SOPA DE CORAÇÃO (batata, abóbora, cenoura e coração) ^{9,12}
PRATO	PESCADA ESTUFADA COM BATATA NO FORNO E PENCA COZIDA ^{4,12}	ARROZ COM TIRINHAS DE CARNE DE AVES ESTUFADAS E SALADA MISTA E CENOURA ^{5,6,12}	FILETES NO FORNO COM ARROZ SOLTO DE TOMATE ^{1,3,4,12}	MASSA À LAVRADOR SALADA DE ALFACE E CENOURA ^{1,8,12}	EMPADÃO DE ATUM E OVO E SALADA DE TOMATE ^{3,4,12}
SOBREMESA	BANANA	MAÇÃ	PÊRA	TANGERINA	MAÇÃ

***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 30 a 31 DE MARÇO 2020

SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
SOPA	SOPA DE ALHO FRANCÊS (abóbora, courgette, cenoura e alho francês) ^{9,12}	CREME DE ABÓBORA E CENOURA (batata, cenoura, abóbora e cebola) ^{9,12}			
PRATO	RANCHO SALADA DE ALFACE E CENOURA ^{1,8,12}	LOMBINHOS DE PEIXE À ESPANHOLA ^{5,6,12}			
SOBREMESA	BANANA	MAÇÃ			

*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)

