

VALÊNCIA INFANCIA

EMENTA – ALMOÇO
De 1 A 2 OUTUBRO 2020

SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA				SOPA DE ALHO FRANCÊS (abóbora, courgette, cenoura e alho francês)[9,12]	SOPA DE CORAÇÃO (batata, abóbora, cenoura e coração)[9,12]
PRATO				FEIJOADA À TRANSMONTANA 5,6,12	PESCADA À GOMES DE SÁ 3,4,9
SOBREMESA				BANANA	TANGERINA

De 5 a 9 OUTUBRO 2020

SEMANA	2ª FEIRA	3ªFEIRA	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
SOPA		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 COUVE, CENOURA E CORAÇÃO (batata, cenoura, alho francês, couve e coração)[9,12]
PRATO	FERIADO	EMPADÃO DE ATUM E LEGUMES[1,3,4]	ARROZ COM BIFINHOS COM COGUMELOS E SALADA DE TOMATE 1,12	PEIXE ASSADO NO FORNO COM BATATA ASSADA COM ALFACE E CENOURA[4,12] SALADA RUSSA COM DOURADINHOS NO FORNO E ALFACE E CENOURA[1,3,4,6]	ROJÕES COM ARROZ E SALADA MISTA
SOBREMESA		MAÇÃ	BANANA	PÊRA	LARANJA

*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 12 a 16 OUTUBRO 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	BACALHAU À BRAZ COM SALADA DE ALFACE E CENOURA[3,4,12]	ARROZ MISTO DE CARNES(PERÚ, FRANGO, VACA) COM ERVILHA E CENOURA[5,6]	CAVALA ASSADA COM BATATA COZIDA E LEGUMES MISTOS[4,12]	MASSA ESPARGUETE COM ALMÔNDEGAS E SALADA DE TOMATE[1,3,6]	PESCADA COZIDA COM BATATA, CENOURA E COUVE BRANCA[4,12]
SOBREMESA	PÊRA	BANANA	MAÇÃ	LARANJA	PÊRA

De 19 a 23 OUTUBRO 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	SALADA DE FEIJÃO FRADE COM OVOS COZIDOS E BATATA COZIDA NO FORNO[1,4]	BIFES DE PERÚ GRELHADOS COM ARROZ, SALADA DE ALFACE E CENOURA[5,6,12]	SALADA RUSSA COM FILETES NO FORNO[1,3,4,6]	COCHINHAS DE FRANGO ASSADO NO FORNO COM MASSA E SALADA DE TOMATE [1,3,6]	ARROZ À VALENCIANA (PORCO, VACA,FRANGO,POTAS) COM MACEDÓNIA [5,6,14]
SOBREMESA	AMEIXA	MAÇÃ	PÊRA	BANANA	MELÃO

*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

Centro Social de Durrães



EMENTA – ALMOÇO

De 26 a 30 OUTUBRO 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 FEIJÃO MANTEIGA E BRÓCULOS (cenoura, batata, feijão manteiga e bróculos)[9,12]	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	ARROZ DE FEIJÃO E ESPINAFRES COM FEBRAS GRELHADAS ALFACE E CENOURA[5,6,12]	MASSADA DE PEIXE[1,3,8]	ARROZ DE PATO SALADE DE ALFACE E CENOURA 1,6,11	RISSÓIS DE PEIXE NO FORNO COM ARROZ DE TOMATE[1,4,12]	PERNAS DE FRANGO ASSADO COM ARROZ E ALFACE COM CENOURA1,5,8
SOBREMESA	PÊRA	BANANA	LARANJA	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)