

## EMENTA VII: BERÇÁRIO - PLANO SEMANAL

DATA: 11 / 02 a 15 / 02 de 2019

2ª FEIRA	SOPA	CREME DE LEGUMES Obs. Inserção de PESCADA <sup>4</sup>
	PRATO	MASSADA DE PESCADA <sup>1,3,4</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	ALFACE E TOMATE
	SOBREMESA	MAÇÃ
	LANCHE	PAPA LÁCTEA <sup>1,7</sup>
3ª FEIRA	SOPA	CREME DE TOMATE E CENOURA Obs. Inserção de PERÚ
	PRATO	BIFINHOS DE PERÚ ESTUFADOS C/ ARROZ DE LEGUMES
	VEGETAIS   LEGUMES	ALFACE E TOMATE
	SOBREMESA	PÊRA
	LANCHE	IOGURTE COM FRUTA COZIDA <sup>7</sup>
4ª FEIRA	SOPA	CREME DE BRÓCOLOS Obs. Inserção de PERCA <sup>4</sup>
	PRATO	PERCA ASSADA NO FORNO COM BATATA ASSADA <sup>4</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	BRÓCOLOS COZIDOS
	SOBREMESA	MAÇÃ ASSADA
	LANCHE	LEITE <sup>7</sup> E PÃO <sup>1</sup>
5ª FEIRA	SOPA	CREME DE COUVE-FLOR Obs. Inserção de COELHO <sup>4</sup>
	PRATO	COELHO ESTUFADO C/ MASSA LACINHOS <sup>1,3</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	ALFACE E CENOURA RALADA
	SOBREMESA	BANANA
	LANCHE	IOGURTE COM FRUTA NATURAL <sup>7</sup> E BOLACHA RALADA <sup>1,3,5,6,7,8,12</sup>
6ª FEIRA	SOPA	CREME DE COUVES Obs. Inserção de ABRÓTEA <sup>4</sup>
	PRATO	ABRÓTEA COZIDA COM BATATA COZIDA <sup>4</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	COUVE-PORTUGUESA E CENOURA COZIDA
	SOBREMESA	PÊRA COZIDA
	LANCHE	IOGURTE <sup>7</sup> E PÃO <sup>1</sup>

[Nota: Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações]

Elaboração: Eng <sup>a</sup> Sónia Pinho Eng <sup>a</sup> de Qualidade Alimentar	Modificação: A Cozinha	Aprovação: Direção Técnica do JIPP	Data:
--	---------------------------	---------------------------------------	-------

## EMENTA VII : 1 ANO - PLANO SEMANAL

DATA: 11 / 02 a 15 / 02 de 2019

2ª FEIRA	SOPA	SOPA DE LEGUMES
	PRATO	FEIJÃO FRADE COM ATUM <sup>4</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	TOMATE E RÚCULA
	SOBREMESA	MAÇÃ
	LANCHE	IOGURTE <sup>7</sup> + PÃO COM MANTEIGA <sup>1,7</sup>
3ª FEIRA	SOPA	SOPA DE TOMATE E CENOURA
	PRATO	BIFINHOS DE PERÚ ESTUFADOS C/ ARROZ DE LEGUMES
	VEGETAIS   LEGUMES	ALFACE E TOMATE
	SOBREMESA	PÊRA
	LANCHE	LEITE <sup>7</sup> + PÃO COM QUEIJO DE BARRAR <sup>1,7</sup>
4ª FEIRA	SOPA	CREME DE BRÓCOLOS
	PRATO	PERCA ASSADA NO FORNO COM BATATA ASSADA <sup>4</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	BRÓCOLOS COZIDOS
	SOBREMESA	TÂNJARA*
	LANCHE	IOGURTE <sup>7</sup> + PÃO COM QUEIJO <sup>1,7</sup>
5ª FEIRA	SOPA	SOPA DE COUVE-FLOR
	PRATO	FÊVERA DE PORCO GRELHADA C/ MASSA LACINHOS <sup>1,3</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	ALFACE E CENOURA RALADA
	SOBREMESA	BANANA
	LANCHE	LEITE <sup>7</sup> + PÃO COM MARMELOADA <sup>1,12</sup>
6ª FEIRA	SOPA	CALDO-VERDE
	PRATO	MARUCA COZIDA COM BATATA COZIDA <sup>4</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	COUVE-PORTUGUESA E CENOURA COZIDA
	SOBREMESA	CLEMENTINA*
	LANCHE	LEITE <sup>7</sup> + PÃO COM QUEIJO <sup>1,7</sup>

[Nota: Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações]

Elaboração: Eng <sup>a</sup> Sónia Pinho Eng <sup>a</sup> de Qualidade Alimentar	Modificação: A Cozinha	Aprovação: Direção Técnica do JIPP	Data:
--	---------------------------	---------------------------------------	-------

## EMENTA VII: 2 aos 5 ANOS - PLANO SEMANAL

DATA: 11 / 02 a 15 / 02 de 2019

2ª FEIRA	SOPA	SOPA DE LEGUMES
	PRATO	FEIJÃO FRADE COM ATUM <sup>4</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	TOMATE E RÚCULA
	SOBREMESA	MAÇÃ
	LANCHE	LEITE <sup>7</sup> + PÃO COM MANTEIGA <sup>1,7</sup>
3ª FEIRA	SOPA	SOPA DE TOMATE E CENOURA
	PRATO	BIFINHOS DE PERÚ ESTUFADOS C/ ARROZ DE LEGUMES
	VEGETAIS   LEGUMES	ALFACE E TOMATE
	SOBREMESA	PÊRA
	LANCHE	IOGURTE <sup>7</sup> + PÃO COM QUEIJO DE BARRAR <sup>1,7</sup>
4ª FEIRA	SOPA	CREME DE BRÓCOLOS
	PRATO	PERCA ASSADA NO FORNO COM BATATA ASSADA <sup>4</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	BRÓCOLOS COZIDOS
	SOBREMESA	TÂNJARAS*
	LANCHE	LEITE <sup>7</sup> + PÃO COM QUEIJO <sup>1,7</sup>
5ª FEIRA	SOPA	SOPA DE COUVE-FLOR
	PRATO	FÊVERA DE PORCO GRELHADA C/ MASSA LACINHOS <sup>1,3</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	ALFACE E CENOURA RALADA
	SOBREMESA	BANANA
	LANCHE	IOGURTE <sup>7</sup> + PÃO COM MARMELOADA <sup>1,12</sup>
6ª FEIRA	SOPA	CALDO-VERDE
	PRATO	MARUCA COZIDA COM BATATA COZIDA <sup>4</sup>
	VEGETAIS   LEGUMES	COUVE-PORTUGUESA E CENOURA COZIDA
	SOBREMESA	CLEMENTINA*
	LANCHE	LEITE <sup>7</sup> + PÃO COM QUEIJO <sup>1,7</sup>

[Nota: Por motivos imprevistos a ementa poderá sofrer alterações]

Elaboração: Eng <sup>a</sup> Sónia Pinho Eng <sup>a</sup> de Qualidade Alimentar	Modificação: A Cozinha	Aprovação: Direção Técnica do JIPP	Data:
--	---------------------------	---------------------------------------	-------