

EMENTA X: BERÇÁRIO - PLANO SEMANAL

DATA: 04 /03 a 08 /03 de 2019

| | | |
|----------|------------------|---|
| 2ª FEIRA | SOPA | CREME DE LEGUMES Obs. Inserção de NOVILHO |
| | PRATO | JARDINEIRA DE CARNE DE NOVILHO |
| | VEGETAIS LEGUMES | BETERRABA E MILHO |
| | SOBREMESA | MAÇÃ |
| | LANCHE | PAPA LÁCTEA ^{1,7} |
| 3ª FEIRA | SOPA | CREME COUVE-FLOR Obs. Inserção de MARUCA ⁴ |
| | PRATO | MARUCA ASSADA NO FORNO C/ ARROZ ⁴ |
| | VEGETAIS LEGUMES | BRÓCOLOS COZIDOS |
| | SOBREMESA | BANANA |
| | LANCHE | PAPA LÁCTEA ^{1,7} |
| 4ª FEIRA | SOPA | CREME DE FEIJÃO VERMELHO Obs. Inserção de FRANGO |
| | PRATO | FRANGO GUISADO C/ ESPARGUETE ^{1,3} |
| | VEGETAIS LEGUMES | ALFACE E TOMATE |
| | SOBREMESA | PÊRA |
| | LANCHE | LEITE ⁷ E PÃO ¹ |
| 5ª FEIRA | SOPA | CREME DE COURGETTE Obs. Inserção de PESCADA ⁴ |
| | PRATO | MEDALHÕES DE PESCADA NO FORNO C/ BATATA-DOCE ⁴ |
| | VEGETAIS LEGUMES | COUVES COZIDAS |
| | SOBREMESA | BANANA |
| | LANCHE | IOGURTE COM FRUTA NATURAL ⁷ E BOLACHA RALADA ^{1,3,5,6,7,8,9,12} |
| 6ª FEIRA | SOPA | CREME DE LEGUMES Obs. Inserção de PERÚ |
| | PRATO | BIFINHOS DE PERÚ GRELHADOS C/ ARROZ DE CENOURA |
| | VEGETAIS LEGUMES | RÚCULA E CENOURA |
| | SOBREMESA | MAÇÃ ASSADA |
| | LANCHE | IOGURTE ⁷ E PÃO ¹ |

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

| | | | |
|--|---------------------------|---------------------------------------|-------|
| Elaboração: Eng ^a Sónia Pinho Eng ^a de Qualidade Alimentar | Modificação: A Cozinha | Aprovação: Direção Técnica do JIPP | Data: |
|--|---------------------------|---------------------------------------|-------|

JIPP_EMT_X_rev00

Alimentos que provocam alergias ou intolerâncias: 1. Cereais que contêm glúten; 2. Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 3. Ovos e produtos à base de ovos; 4. Peixes e produtos à base de peixe; 5. Amendoins e produtos à base de amendoins; 6. Soja e produtos à base de soja 7. Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 8. Frutos de casca rija 9. Aipo e produtos à base de aipo; 10. Mostarda e produtos à base de mostarda; 11. Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremoço e produtos à base de tremoço; 14. Moluscos e produtos à base de moluscos.

EMENTA X: 1 ANO - PLANO SEMANAL

DATA: 04 /03 a 08 /03 de 2019

| | | |
|----------|--------------------|---|
| 2ª FEIRA | SOPA | SOPA DE LEGUMES |
| | PRATO | JARDINEIRA DE CARNE DE NOVILHO |
| | VEGETAIS LEGUMES | BETERRABA E MILHO |
| | SOBREMESA | MAÇÃ |
| LANCHE | | LEITE ⁷ + PÃO COM MANTEIGA ^{1,7} |
| 3ª FEIRA | SOPA | SOPA DE COUVE-FLOR |
| | PRATO | MARUCA ASSADA NO FORNO C/ ARROZ BRANCO ⁴ |
| | VEGETAIS LEGUMES | BRÓCOLOS COZIDOS |
| | SOBREMESA | FRUTA DA ÉPOCA* |
| LANCHE | | LEITE ⁷ + PÃO COM MARMELADA ^{1,12} |
| 4ª FEIRA | SOPA | SOPA DE FEIJÃO VERMELHO |
| | PRATO | LOMBO ESTUFADO C/ ESPARGUETE ^{1,3} |
| | VEGETAIS LEGUMES | ALFACE E TOMATE |
| | SOBREMESA | PÊRA |
| LANCHE | | IOGURTE ⁷ + PÃO COM MANTEIGA ^{1,7} |
| 5ª FEIRA | SOPA | SOPA DE COURGETTE |
| | PRATO | MEDALHÕES DE PESCADA NO FORNO C/ BATATA DOCE ⁴ |
| | VEGETAIS LEGUMES | COUVES COZIDAS |
| | SOBREMESA | GELATINA ^{1,3,6,7,8,12} |
| LANCHE | | LEITE ⁷ + PÃO COM QUEIJO ^{1,7} |
| 6ª FEIRA | SOPA | SOPA DE LEGUMES |
| | PRATO | BIFINHOS DE PERÚ GRELHADOS C/ ARROZ DE CENOURA |
| | VEGETAIS LEGUMES | RÚCULA E CENOURA |
| | SOBREMESA | BANANA |
| LANCHE | | IOGURTE ⁷ + PÃO COM MANTEIGA ^{1,7} |

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

| | | | |
|--|---------------------------|---------------------------------------|-------|
| Elaboração: Eng ^a Sónia Pinho Eng ^a de Qualidade Alimentar | Modificação: A Cozinha | Aprovação: Direção Técnica do JIPP | Data: |
|--|---------------------------|---------------------------------------|-------|

JIPP_EMT_X_rev00

Alimentos que provocam alergias ou intolerâncias: 1. Cereais que contêm glúten; 2. Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 3. Ovos e produtos à base de ovos; 4. Peixes e produtos à base de peixe; 5. Amendoins e produtos à base de amendoins; 6. Soja e produtos à base de soja 7. Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 8. Frutos de casca rijá 9. Aipo e produtos à base de aipo; 10. Mostarda e produtos à base de mostarda; 11. Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremço e produtos à base de tremço; 14. Moluscos e produtos à base de moluscos.

EMENTA X: 2 aos 5 ANOS - PLANO SEMANAL

DATA: 04 /03 a 08 /03 de 2019

| | | |
|----------|------------------|---|
| 2ª FEIRA | SOPA | SOPA DE LEGUMES |
| | PRATO | JARDINEIRA DE CARNE DE NOVILHO |
| | VEGETAIS LEGUMES | BETERRABA E MILHO |
| | SOBREMESA | MAÇÃ |
| LANCHE | | LEITE ⁷ + PÃO COM MANTEIGA ^{1,7} |
| 3ª FEIRA | SOPA | SOPA DE COUVE-FLOR |
| | PRATO | MARUCA ASSADA NO FORNO C/ ARROZ ⁴ |
| | VEGETAIS LEGUMES | BRÓCOLOS COZIDOS |
| | SOBREMESA | FRUTA DA ÉPOCA* |
| LANCHE | | LEITE ⁷ + PÃO COM MARMELADA ^{1,12} |
| 4ª FEIRA | SOPA | SOPA DE FEIJÃO VERMELHO |
| | PRATO | LOMBO ESTUFADO C/ ESPARGUETE ^{1,3} |
| | VEGETAIS LEGUMES | ALFACE E TOMATE |
| | SOBREMESA | PÊRA |
| LANCHE | | IOGURTE ⁷ + PÃO COM MANTEIGA ^{1,7} |
| 5ª FEIRA | SOPA | SOPA DE COURGETTE |
| | PRATO | MEDALHÕES DE PESCADA NO FORNO C/ BATATA DOCE ⁴ |
| | VEGETAIS LEGUMES | CENOURA E COUVES COZIDAS |
| | SOBREMESA | GELATINA ^{1,3,6,7,8,12} |
| LANCHE | | LEITE ⁷ + PÃO COM QUEIJO ^{1,7} |
| 6ª FEIRA | SOPA | SOPA DE LEGUMES |
| | PRATO | BIFINHOS DE PERÚ GRELHADOS C/ ARROZ DE CENOURA |
| | VEGETAIS LEGUMES | RÚCULA E CENOURA |
| | SOBREMESA | BANANA |
| LANCHE | | IOGURTE ⁷ + PÃO COM MANTEIGA ^{1,7} |

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

| | | | |
|--|---------------------------|---------------------------------------|-------|
| Elaboração: Eng ^a Sónia Pinho Eng ^a de Qualidade Alimentar | Modificação: A Cozinha | Aprovação: Direção Técnica do JIPP | Data: |
|--|---------------------------|---------------------------------------|-------|

JIPP_EMT_X_rev00

Alimentos que provocam alergias ou intolerâncias: 1. Cereais que contêm glúten; 2. Crustáceos e produtos à base de crustáceos; 3. Ovos e produtos à base de ovos; 4. Peixes e produtos à base de peixe; 5. Amendoins e produtos à base de amendoins; 6. Soja e produtos à base de soja 7. Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose); 8. Frutos de casca rija 9. Aipo e produtos à base de aipo; 10. Mostarda e produtos à base de mostarda; 11. Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo; 12. Dióxido de enxofre e sulfitos; 13. Tremoço e produtos à base de tremoço; 14. Moluscos e produtos à base de moluscos.