

EMENTA XI: BERÇÁRIO - PLANO SEMANAL

DATA: 11 /03 a 15 /03 de 2019

2ª FEIRA	SOPA	CREME DE COUVE-CORAÇÃO Obs. Inserção de RAIÁ ⁴
	PRATO	RAIÁ COZIDA C/ BATATA COZIDA ⁴
	VEGETAIS LEGUMES	COUVE CORAÇÃO
	SOBREMESA	MAÇÃ
	LANCHE	IOGURTE COM FRUTA COZIDA ⁷
3ª FEIRA	SOPA	CREME DE AGRIÃO Obs. Inserção de FRANGO
	PRATO	ARROZ DE FRANGO
	VEGETAIS LEGUMES	ALFACE E TOMATE
	SOBREMESA	BANANA
	LANCHE	PAPA LÁTEA ^{1,7}
4ª FEIRA	SOPA	CREME DE GRÃO C/ COUVE-FLOR Obs. Inserção de MARUCA ⁴
	PRATO	MARUCA COZIDA C/BATATA COZIDA ⁴
	VEGETAIS LEGUMES	COUVE-FLOR E CENOURA COZIDA
	SOBREMESA	PÊRA ASSADA
	LANCHE	IOGURTE COM FRUTA NATURAL ⁷ E BOLACHA RALADA ^{1,3,5,6,7,8,12}
5ª FEIRA	SOPA	CREME DE ERVILHAS E CENOURA Obs. Inserção de PERÚ
	PRATO	PERÚ ESTUFADO C/PURÉ ^{1,3,7,9}
	VEGETAIS LEGUMES	CENOURA COZIDA
	SOBREMESA	MAÇÃ
	LANCHE	PAPA LÁTEA ^{1,7}
6ª FEIRA	SOPA	CREME DE NABIÇAS Obs. Inserção de RED-FISH ⁴
	PRATO	RED FISH ASSADO NO FORNO C/ ARROZ DE LEGUMES ⁴
	VEGETAIS LEGUMES	MILHO, TOMATE
	SOBREMESA	BANANA
	LANCHE	IOGURTE COM FRUTA COZIDA ⁷

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

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

JIPP_EMT_XI_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 XI : 1 ANO - PLANO SEMANAL

DATA: 11 /03 a 15 /03 de 2019

2ª FEIRA	SOPA	SOPA DE COUVE CORAÇÃO
	PRATO	RAIA COZIDA C/ BATATA COZIDA E OVO ^{3,4}
	VEGETAIS LEGUMES	BRÓCOLOS
	SOBREMESA	MAÇÃ
LANCHE		PAPA LÁCTEA ^{1,7}
3ª FEIRA	SOPA	SOPA DE LEGUMES
	PRATO	ARROZ DE FRANGO
	VEGETAIS LEGUMES	ALFACE E TOMATE
	SOBREMESA	LARANJA
LANCHE		IOGURTE ⁷ + PÃO COM MARMELADA ^{1,7,12}
4ª FEIRA	SOPA	SOPA DE GRÃO C/ COUVE-FLOR
	PRATO	RED FISH ASSADO NO FORNO C/ ARROZ DE LEGUMES ⁴
	VEGETAIS LEGUMES	MILHO E TOMATE
	SOBREMESA	PÊRA
LANCHE		PAPA LÁCTEA ^{1,7}
5ª FEIRA	SOPA	CREME DE ERVILHAS E CENOURA
	PRATO	PERÚ ESTUFADO C/PURÉ ^{1,3,7,9}
	VEGETAIS LEGUMES	CENOURA COZIDA
	SOBREMESA	BANANA
LANCHE		IOGURTE ⁷ + PÃO COM MANTEIGA ^{1,7}
6ª FEIRA	SOPA	SOPA DE NABIÇAS
	PRATO	ARROZ DE LULAS
	VEGETAIS LEGUMES	ALFACE E CENOURA RALADA
	SOBREMESA	TANGERINA
LANCHE		LEITE ⁷ + PÃO COM QUEIJO ^{1,7}

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

Elaboração: Engª Sónia Pinho Engª de Qualidade Alimentar	Modificação: A Cozinha	Aprovação: Direção Técnica do JIPP	Data:
--	---------------------------	---------------------------------------	-------

JIPP_EMT_XI_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. Tremeço e produtos à base de tremeço; 14. Moluscos e produtos à base de moluscos.

EMENTA XI : 2 aos 5 ANOS - PLANO SEMANAL

DATA: 11 /03 a 15 /03 de 2019

2ª FEIRA	SOPA	SOPA DE COUVE CORAÇÃO
	PRATO	RAIA COZIDA C/ BATATA COZIDA E OVO ^{3,4}
	VEGETAIS LEGUMES	BRÓCOLOS
	SOBREMESA	MAÇÃ
LANCHE		LEITE ⁷ + PÃO COM QUEIJO ^{1,7}
3ª FEIRA	SOPA	SOPA DE LEGUMES
	PRATO	ARROZ DE FRANGO
	VEGETAIS LEGUMES	ALFACE E TOMATE
	SOBREMESA	LARANJA
LANCHE		IOGURTE ⁷ + PÃO COM MARMELADA ^{1,12}
4ª FEIRA	SOPA	SOPA DE GRÃO C/ COUVE-FLOR
	PRATO	RED FISH ASSADO NO FORNO C/ ARROZ DE LEGUMES ⁴
	VEGETAIS LEGUMES	MILHO E TOMATE
	SOBREMESA	PÊRA
LANCHE		LEITE ⁷ + PÃO COM MANTEIGA ^{1,7}
5ª FEIRA	SOPA	CREME DE ERVILHAS E CENOURA
	PRATO	PERÚ ESTUFADO C/PURE ^{1,3,7,9}
	VEGETAIS LEGUMES	CENOURA COZIDA
	SOBREMESA	BANANA
LANCHE		IOGURTE ⁷ + PÃO COM QUEIJO DE BARRAR ^{1,7}
6ª FEIRA	SOPA	SOPA DE NABIÇAS
	PRATO	ARROZ DE LULAS
	VEGETAIS LEGUMES	ALFACE E CENOURA RALADA
	SOBREMESA	TANGERINA
LANCHE		LEITE ⁷ + PÃO COM QUEIJO ^{1,7}

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

Elaboração: Engª Sónia Pinho Engª de Qualidade Alimentar	Modificação: A Cozinha	Aprovação: Direção Técnica do JIPP	Data:
--	---------------------------	---------------------------------------	-------

JIPP_EMT_XI_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. Tremeço e produtos à base de tremeço; 14. Moluscos e produtos à base de moluscos.