



VALÊNCIA	JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR	SEMANA	02 A 06 DE MAIO DE 2022
----------	--------------------------------	--------	-------------------------

DIA	ALMOÇO		LANCHE
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Lombarda	Leite ⁷ simples (opcional- cevada ¹ /chocolate ⁶) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	PRATO	Pescada ⁴ cozida, batata cozida, grão de bico, ovo ³ , cenoura e legumes cozidos	
	SOBR	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA	SOPA	Creme de legumes c/ nabiças	Fruta da época + Pão ¹ com fiambre ⁶
	PRATO	Arroz de frango, salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	
QUARTA-FEIRA	SOPA	Abóbora c/ espinafres	Iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com queijo ⁷
	PRATO	Massa ^{1,3} c/ salmão ⁴ , salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	
QUINTA-FEIRA	SOPA	Creme de cenoura com penca	Leite ⁷ simples (opcional- cevada ¹ /chocolate ⁶) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	PRATO	Jardineira de carne, (sem enchidos e sem carnes gordas)	
	SOBR	Leite creme ^{1,3,6,7}	
SEXTA-FEIRA	SOPA	Espinafres com grão	Fruta da época + Pão ¹ c/ creme vegetal
	PRATO	Pescada ⁴ assada, arroz de branco, salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	

NUTRICIONISTA

Crista Gondal (CP1206N)

Nota: Por razões relacionadas com os abastecimentos as ementas poderão ser alteradas.

Fruta da época – outono/inverno: clementinas, laranjas, kiwis, uvas; primavera/verão: morangos, melão, melancia, meloa, pêssegos, nêspas, ameixas, cerejas.

Outras frutas: maçãs, peras, bananas.

Alguns pratos contêm ou podem 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 e 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.





VALÊNCIA	JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR	SEMANA	09 A 13 DE MAIO DE 2022
----------	--------------------------------	--------	-------------------------

DIA	ALMOÇO		LANCHE
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Coração	Iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com queijo ⁷
	GERAL	Massa à Lavrador (massa ^{1,3} cotovelo com carne de vaca aos cubos, feijão vermelho, couve galega), (sem enchidos e sem carnes gordas)	
	SOBR	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA	SOPA	Nabiças c/ grão	Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canela) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Salmão ⁴ no forno, arroz branco, salada de alface e tomate	
	SOBR	Gelatina	
QUARTA-FEIRA	SOPA	Lombarda	Fruta da época + Pão ¹ c/ fiambre ⁶
	GERAL	Empadão ^{3,7} de carne, salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	
QUINTA-FEIRA	SOPA	Creme de abóbora com alho francês	Leite ⁷ simples (opcional- cevada ¹ /chocolate ⁶) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Pescada ⁴ grelhada com arroz de tomate, salada de alface e cebola	
	SOBR	Fruta da época	
SEXTA-FEIRA	SOPA	Caldo verde	Fruta da época + Pão ¹ c/ marmelada
	GERAL	Massa ^{1,3} com frango, brócolos cozidos	
	SOBR	Fruta da época	

NUTRICIONISTA

 (CP1206N)

Nota: Por razões relacionadas com os abastecimentos as ementas poderão ser alteradas.

Fruta da época – outono/inverno: Clementinas, laranjas, kiwis, uvas; **primavera/verão:** morangos, melão, melancia, meloa, pêssegos, nêspers, ameixas, cerejas.

Outras frutas: maçãs, peras, bananas.

Alguns pratos contêm ou podem 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 e 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.





VALÊNCIA	JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR	SEMANA	16 A 20 DE MAIO DE 2022
----------	--------------------------------	--------	-------------------------

DIA	ALMOÇO		LANCHE
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Creme de cenoura com penca	Leite ⁷ simples
	GERAL	Pescada ⁴ grelhada, arroz de cenoura, salada de alface e tomate	(opcional- cevada ¹ /chocolate ⁶)
	SOBR	Fruta da época	+ Pão ¹ c/ creme vegetal
TERÇA-FEIRA	SOPA	Legumes com feijão branco	Fruta da época
	GERAL	Bifinhos de frango estufados c/ cogumelos, esparguete ^{1,3} cozido, salada de alface e tomate	+ Pão ¹ com queijo ⁷
	SOBR	Fruta da época	
QUARTA-FEIRA	SOPA	Abóbora com feijão-verde	logurte ⁷ sólido de aromas
	GERAL	Peixe-espada ⁴ no forno, arroz branco, salada de alface e tomate	+ Pão ¹ com fiambre ⁶
	SOBR	Fruta da época /leite-creme ^{1,3,6,7}	
QUINTA-FEIRA	SOPA	Espinafres	Leite ⁷ simples
	GERAL	Rojão de porco guisado c/ batata, legumes cozidos	(opcional-cevada ¹ /canela)
	SOBR	Fruta da época	+ Pão ¹ com compota
SEXTA-FEIRA	SOPA	Canja de galinha ^{1,3} / Juliana	Fruta da época
	GERAL	Arroz de peixe ⁴ com delícias do mar ^{2,4} , brócolos cozidos	+ Pão ¹ c/ creme vegetal
	SOBR	Fruta da época	

NUTRICIONISTA

(CP1206N)

Nota: Por razões relacionadas com os abastecimentos as ementas poderão ser alteradas.

Fruta da época – outono/inverno: Clementinas, laranjas, kiwis, uvas; primavera/verão: morangos, melão, melancia, meloa, pêssegos, nêspas, ameixas, cerejas.

Outras frutas: maçãs, peras, bananas.

Alguns pratos contêm ou podem 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 e 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.



**PLANO EMENTAS**

INFÂNCIA E COMUNIDADE

MOD.175/0

VALÊNCIA	JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR	SEMANA	23 A 29 DE MAIO DE 2022
-----------------	---------------------------------------	---------------	--------------------------------

DIA	ALMOÇO		LANCHE
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Creme de cenoura com feijão-verde	Iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com queijo ⁷
	GERAL	Arroz à Valenciana (arroz de carne de vaca, porco e frango, ervilhas, cenoura) (sem enchidos e sem carnes gordas)	
	SOBR	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA	SOPA	Legumes com feijão vermelho	Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canela) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Pescada ⁴ grelhada c/ Salada Russa (batata cozida aos cubos, cenoura, ervilhas) salada de alface e tomate	
	SOBR	Gelatina	
QUARTA-FEIRA	SOPA	Abóbora com couve-galega	Fruta da época + Pão ¹ c/ fiambre ⁶
	GERAL	Frango assado c/ batata, arroz branco, salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	
QUINTA-FEIRA	SOPA	Espinafres	Leite ⁷ simples (opcional- cevada ¹ /chocolate ⁶) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Pescada ⁴ cozida, batata cozida, grão-de-bico, cenoura e legumes cozidos	
	SOBR	Fruta da época	
SEXTA-FEIRA	SOPA	Repolho com feijão branco	Fruta da época + Pão ¹ c/ marmelada
	GERAL	Esparquete ^{1,3} à Bolonhesa, salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	

NUTRICIONISTA

 (CP1206N)

Nota: Por razões relacionadas com os abastecimentos as ementas poderão ser alteradas.

Fruta da época – outono/inverno: Clementinas, laranjas, kiwis, uvas; **primavera/verão:** morangos, melão, melancia, meloa, pêssegos, nêspas, ameixas, cerejas.

Outras frutas: maçãs, peras, bananas.

Alguns pratos contêm ou podem 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 e 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.





VALÊNCIA	JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR	SEMANA	30 DE MAIO A A03 DE JUNHO DE 2022
----------	--------------------------------	--------	-----------------------------------

DIA	ALMOÇO		LANCHE
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Creme de cenoura com alho francês	Leite ⁷ simples (opcional- cevada ¹ /chocolate ⁶) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Pescada ⁴ à Rosa do Adro (no forno, com pão ralado ¹), arroz branco, salada de alface e cenoura ralada	
	SOBR	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA	SOPA	Creme de legumes	Fruta da época + Pão ¹ com queijo ⁷
	GERAL	Empadão ^{3,7} de carne, salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	
QUARTA-FEIRA	SOPA	Hortaliça	Iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com fiambre ⁶
	GERAL	Salmão ⁴ grelhado com arroz de cenoura, brócolos cozidos	
	SOBR	Fruta da época	
QUINTA-FEIRA	SOPA	Creme de abóbora c/ nabiças	Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canela) + Pão ¹ com compota
	GERAL	Ranchinho (massa ^{1,3} cotovelo com carne de vaca aos cubos, grão, repolho), (sem enchidos e sem carnes gordas), legumes cozidos	
	SOBR	Fruta da época	
SEXTA-FEIRA	SOPA	Creme de ervilhas com cenoura	Fruta da época + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Pescada ⁴ grelhada com salada russa (batata cozida aos cubos, cenoura, ervilhas) legumes cozidos	
	SOBR	Fruta da época	



Dia Mundial da Criança 1 de Junho

NUTRICIONISTA

Carla Gondal (CP1206N)

Nota: Por razões relacionadas com os abastecimentos as ementas poderão ser alteradas.

Fruta da época – outono/inverno: Clementinas, laranjas, kiwis, uvas; primavera/verão: morangos, melão, melancia, meloa, pêssegos, nêspers, ameixas, cerejas.

Outras frutas: maçãs, peras, bananas.

Alguns pratos contêm ou podem 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 e 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.





PLANO EMENTAS

INFÂNCIA E COMUNIDADE

MOD.175/0

VALÊNCIA	JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR	SEMANA	06 A 10 DE JUNHO DE 2021
----------	--------------------------------	--------	--------------------------

DIA	ALMOÇO		LANCHE
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Coração	Iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com queijo ⁷
	GERAL	Bifinhos de peru grelhados, arroz de tomate, salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA	SOPA	Creme de cenoura com nabiças	Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canela) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Empadão de atum, salada de alface e tomate	
	SOBR	Gelatina	
QUARTA-FEIRA	SOPA	Lombarda	Fruta da época + Pão ¹ c/ fiambre ⁶
	GERAL	Massa ^{1,3} c/ carne, brócolos cozidos (macarrão c/ carne de vaca guisada aos cubos) (sem enchidos, sem carnes gordas)	
	SOBR	Fruta da época	
QUINTA-FEIRA	SOPA	Creme de abóbora com alho francês	
	GERAL	Arroz de peixe ⁴ com delícias do mar ^{2,4} , brócolos cozidos	
	SOBR	Fruta da época	
SEXTA-FEIRA	SOPA	Feriado 	Fruta da época + Pão ¹ c/ marmelada
	GERAL		
	SOBR		

NUTRICIONISTA

Carla Gondal (CP1206N)

Nota: Por razões relacionadas com os abastecimentos as ementas poderão ser alteradas.

Fruta da época – outono/inverno: clementinas, laranjas, kiwis, uvas; **primavera/verão:** morangos, melão, melancia, meloa, pêssegos, nêspas, ameixas, cerejas.

Outras frutas: maçãs, peras, bananas.

Alguns pratos contêm ou podem 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 e 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.





VALÊNCIA	JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR	SEMANA	13 A 17 DE JUNHO DE 2022
----------	--------------------------------	--------	--------------------------

DIA	ALMOÇO		LANCHE
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Creme de cenoura com penca	Leite ⁷ simples (opcional- cevada ¹ /chocolate ⁶) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Pescada ⁴ no forno, arroz branco, salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA	SOPA	Legumes	Fruta da época + Pão ¹ com queijo ⁷
	GERAL	Massa ^{1,3} com frango, legumes cozidos	
	SOBR	Fruta da época	
QUARTA-FEIRA	SOPA	Abóbora c/ feijão-verde	Iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com fiambre ⁶
	GERAL	Salmão ⁴ grelhado com batata cozida, cenoura e brócolos cozidos	
	SOBR	Gelatina	
QUINTA-FEIRA	SOPA	Feriado 	Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canela) + Pão ¹ com compota
	GERAL		
	SOBR		
SEXTA-FEIRA	SOPA	Legumes	Fruta da época + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Pescada grelhada ⁴ com arroz alegre (ervilhas, cenoura e milho), salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	

NUTRICIONISTA

 (CP1206N)

Nota: Por razões relacionadas com os abastecimentos as ementas poderão ser alteradas.

Fruta da época – outono/inverno: Clementinas, laranjas, kiwis, uvas; **primavera/verão:** morangos, melão, melancia, meloa, pêssegos, nêspers, ameixas, cerejas.

Outras frutas: maçãs, peras, bananas.

Alguns pratos contêm ou podem 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 e 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.



**PLANO EMENTAS**

INFÂNCIA E COMUNIDADE

Mod.175/0

VALÊNCIA	JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR	SEMANA	20 A 24 DE JUNHO DE 2022
-----------------	---------------------------------------	---------------	---------------------------------

DIA	ALMOÇO		LANCHE
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Coração com feijão vermelho	Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canela) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Arroz à Valenciana (arroz de carne de vaca, porco e frango, ervilhas, cenoura) (sem enchidos e sem carnes gordas)	
	SOBR	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA	SOPA	Lombarda com feijão branco	Fruta da época + Pão ¹ com queijo ⁷
	GERAL	Salada de pescada (pescada ⁴ cozida, batata aos cubos, cenoura, feijão verde, ovo ³) salada de alface e tomate	
	SOBR	Gelatina	
QUARTA-FEIRA	SOPA	Creme de cenoura com nabiças	iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com fiambre ⁶
	GERAL	Frango estufado c/ervilhas e cenoura, arroz branco, legumes cozidos	
	SOBR	Fruta da época	
QUINTA-FEIRA	SOPA	Caldo verde	Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canela) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Salda russa com atum ⁴ , salada de alface e tomate	
	SOBR	Fruta da época	
SEXTA-FEIRA	SOPA	Creme de abóbora com espinafres	iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com compota
	GERAL	Massa ^{1,3} c/ carne, brócolos cozidos (macarrão c/ carne de vaca guisada aos cubos) (sem enchidos, sem carnes gordas)	
	SOBR	Fruta da época	

NUTRICIONISTA

 (CP1206N)

Nota: Por razões relacionadas com os abastecimentos as ementas poderão ser alteradas.

Fruta da época – outono/inverno: Clementinas, laranjas, kiwis, uvas; **primavera/verão:** morangos, melão, melancia, meloa, pêssegos, nêspas, ameixas, cerejas.

Outras frutas: maçãs, peras, bananas.

Alguns pratos contêm ou podem 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 e 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.





VALÊNCIA	JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR	SEMANA	27 DE JUNHO A 01 DE JULHO DE 2022
----------	--------------------------------	--------	-----------------------------------

DIA	ALMOÇO		LANCHE
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Lombarda	Iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com queijo ⁷
	GERAL	Salmão ⁴ grelhado com batata cozida, cenoura e feijão-verde cozido	
	SOBR	Fruta da época	
TERÇA-FEIRA	SOPA	Nabos	Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canaela) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Frango assado, arroz branco, salada de alface e tomate	
	SOBR	Gelatina	
QUARTA-FEIRA	SOPA	Legumes	Fruta da época + Pão ¹ c/ fiambre ⁶
	GERAL	Filetes ^{1,3} de pescada ⁴ com arroz de tomate, brócolos cozidos	
	SOBR	Fruta da época	
QUINTA-FEIRA	SOPA	Creme de cenoura com feijão-verde	Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /chocolate ⁶) + Pão ¹ c/ creme vegetal
	GERAL	Jardineira de carne (carne de vaca e porco, batata, ervilhas e cenoura) (sem enchidos e sem carnes gordas), legumes cozidos	
	SOBR	Fruta da época	
SEXTA-FEIRA	SOPA	Abóbora com espinafres	Fruta da época + Pão ¹ c/ marmelada
	GERAL	Pescada grelhada com arroz de feijão vermelho, salada de alface e cenoura	
	SOBR	Fruta da época	

NUTRICIONISTA

 (CP1206N)

Nota: Por razões relacionadas com os abastecimentos as ementas poderão ser alteradas.

Fruta da época – outono/inverno: Clementinas, laranjas, kiwis, uvas; **primavera/verão:** morangos, melão, melancia, meloa, pêssegos, nêspas, ameixas, cerejas.

Outras frutas: maçãs, peras, bananas.

Alguns pratos contêm ou podem 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 e 14-Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.

