



| | | | |
|----------|--------------------------------|--------|-------------------------|
| VALÊNCIA | JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR | SEMANA | 01 A 05 DE MAIO DE 2023 |
|----------|--------------------------------|--------|-------------------------|

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

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 | 08 A 12 DE MAIO DE 2023 |
|----------|--------------------------------|--------|-------------------------|

| 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 | Solha ⁴ grelhada, arroz cenoura e ervilhas, 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 | Peixe vermelho ⁴ no forno, com arroz branco, salada de alface e tomate | |
| | SOBR | Fruta da época | |
| SEXTA-FEIRA | SOPA | Repolho com cenoura | Fruta da época + Pão ¹ c/ marmelada |
| | GERAL | Feijoadinha, (carne de vaca, porco e frango, feijão), (sem enchidos e sem carnes gordas), arroz branco, 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 inofensivos.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.





| | | | |
|----------|--------------------------------|--------|-------------------------|
| VALÊNCIA | JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR | SEMANA | 15 A 19 DE MAIO DE 2023 |
|----------|--------------------------------|--------|-------------------------|

| 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 grelhada, arroz de cenoura, salada de alface e tomate | |
| | SOBR | Fruta da época | |
| TERÇA-FEIRA | SOPA | Legumes com feijão branco | Fruta da época + Pão ¹ com queijo ⁷ |
| | GERAL | Bifinhos de peru estufados c/ cogumelos, esparguete ^{1,3} cozido, salada de alface e tomate | |
| | SOBR | Fruta da época | |
| QUARTA-FEIRA | SOPA | Abóbora com feijão-verde | Iogurte ⁷ sólido de aromas + Pão ¹ com fiambre ⁶ |
| | GERAL | Peixe-espada ⁴ no forno, arroz branco, salada de alface e tomate | |
| | SOBR | Fruta da época /leite-creme ^{1,3,6,7} | |
| QUINTA-FEIRA | SOPA | Espinafres | Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canela) + Pão ¹ com compota |
| | GERAL | Frango estufado c/ervilhas e cenoura, puré ^{3,7} de batata, legumes cozidos | |
| | SOBR | Fruta da época | |
| SEXTA-FEIRA | SOPA | Canja de galinha ^{1,3} / Juliana | Fruta da época + Pão ¹ c/ creme vegetal |
| | GERAL | Arroz de peixe ⁴ com delícias do mar ^{2,4} , 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, 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 | 22 A 26 DE MAIO DE 2023 |
|----------|--------------------------------|--------|-------------------------|

| 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, ovo ³ , cenoura e legumes cozidos | |
| | SOBR | Fruta da época | |
| SEXTA-FEIRA | SOPA | Repolho com feijão branco | Fruta da época + Pão ¹ c/ marmelada |
| | GERAL | Esparguete ^{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, nêspersas, 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 | 29 DE MAIO A 02 DE JUNHO DE 2023 |
|----------|--------------------------------|--------|----------------------------------|

| 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 | Pescada ⁴ grelhada 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 | Atum ⁴ com salada russa (batata cozida aos cubos, cenoura, ervilhas) legumes cozidos | |
| | SOBR | Fruta da época | |



NUTRICIONISTA

Crista Gondal (CP1206N)

Dia Mundial da Criança 1 de Junho

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 inofensivos.

Para mais informação consulte documento anexo ao plano de ementas.





| | | | |
|----------|--------------------------------|--------|--------------------------|
| VALÊNCIA | JARDIM DE INFÂNCIA PRÉ-ESCOLAR | SEMANA | 05 A 09 DE JUNHO DE 2023 |
|----------|--------------------------------|--------|--------------------------|

| 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 nabijas | Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canaela) + Pão ¹ c/ creme vegetal |
| | GERAL | Pescada ⁴ cozida, batata cozida, ovo ³ , grão-de-bico, cenoura e legumes cozidos | |
| | 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 | Feriado | |
| | GERAL | | |
| | SOBR | | |
| SEXTA-FEIRA | SOPA | Creme de abóbora com alho francês | Fruta da época + Pão ¹ c/ marmelada |
| | GERAL | Feijoadinha, (carne de vaca, porco e frango, feijão), (sem enchidos e sem carnes gordas), arroz branco, 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 | 12 A 16 DE JUNHO DE 2023 |
|----------|--------------------------------|--------|--------------------------|

| 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 | Empadão de peixe ⁴ , salada de alface e tomate | |
| | SOBR | Gelatina | |
| QUINTA-FEIRA | SOPA | Espinafres | Leite ⁷ simples (opcional-cevada ¹ /canela) + Pão ¹ com compota |
| | GERAL | Bifanas de porco estufadas, arroz branco, brócolos cozidos | |
| | SOBR | Fruta da época | |
| SEXTA-FEIRA | SOPA | Legumes | Fruta da época + Pão ¹ c/ creme vegetal |
| | GERAL | Filetes ^{1,3} de pescada ⁴ (no forno) 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, 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.

