



EMENTA

janeiro 2013

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sáb./Dom.
	1 DIA DE ANO NOVO	2 Sopa de feijão Macarronada de peru Maçã	3 Sopa de abóbora Pescada à Brás Pera	4 Sopa de cenoura Coxinhas de frango com esparguete Laranja	5
					6
7 Sopa de alho francês Panados de porco com arroz de cenoura Maçã	8 Sopa de nabo Atum com batatas e legumes cozidos Pera	9 Sopa de feijão-verde Ovos mexidos com arroz branco Laranja	10 Sopa de ervilhas Douradinhos com arroz de tomate Gelatina	11 Sopa de couve Arroz de pato Maçã	12
					13
14 Sopa de feijão Esparguete à bolonhesa Pera	15 Sopa de abóbora Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate Laranja	16 Sopa de cenoura Almôndegas de frango com esparguete Maçã	17 Sopa de alho francês Medalhões de pescada com arroz de tomate Pera	18 Sopa de nabo Bifinhos de peru com arroz e feijão preto Laranja	19
					20
21 Sopa de feijão-verde Costeletas de porco com arroz de cenoura Maçã	22 Sopa de ervilhas Rissóis de atum com arroz de tomate Pera	23 Sopa de couve Hambúrguer de peru com esparguete Laranja	24 Sopa de feijão Perca assada com arroz e legumes Mousse de chocolate	25 Sopa de abóbora Vitelinha estufada com purê e ervilhas Maçã	26
					27
28 Sopa de cenoura Strogonoff de porco Pera	29 Sopa de alho francês Salmão com arroz e salada Laranja	30 Sopa de nabo Espetadas de peru com arroz Maçã	31 Sopa de feijão-verde Filetes de pescada com arroz Pera		

Aviso: a ementa está disponível on-line em www.escolaglobal.org e é afixada em cada estabelecimento de ensino; poderá sofrer ligeiras alterações pontuais.