



# EMENTA

## abril 2013

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sáb./Dom.
1	2	3	4	5	6
<b>SEGUNDA-FEIRA DE PÁSCOA</b>	Sopa de ervilhas Atum com batatas e legumes cozidos Laranja	Sopa de couve Espetadas de peru com arroz Maçã	Sopa de abóbora Coxinhas de frango com esparguete Pera	Creme de legumes Salmão assado com batatas Laranja	7
8	9	10	11	12	13
Sopa de nabo Vitela estufada com puré de batata Maçã	Creme de legumes Coelho estufado com ervilhas e cenouras e massa fusilli Pera	Sopa de alho francês Medalhões de pescada estufados com batata, e salada de alface Tangerina	Sopa de couve-flor Bifinhos de peru com arroz e feijão preto Morangos	Sopa de repolho Peixe fresco do dia Maçã	14
15	16	17	18	19	20
Sopa de brócolos Lombo de porco assado com batata e salada de cenoura Pera	Sopa de xuxu Esparguete à bolonhesa Melão	Sopa de alface Douradinhos no forno com arroz de cenoura Gelatina	Sopa de feijão vermelho Ovos mexidos com arroz branco e brócolos cozidos Maçã	Sopa de curgete Peixe fresco do dia Banana	21
22	23	24	25	26	27
Sopa de penca Costeleta de porco com massa Tagliatelle Maçã	Sopa de feijão branco Arroz de pato com salada de cenoura Uvas	Sopa de lentilhas Filetes de pescada com salada russa Laranja	<b>FERIADO NACIONAL</b>	Sopa de couve lombarda Peixe fresco do dia Pera	28
29	30				
Sopa de cenoura Almondegas de porco com massa penne Maçã	Sopa de favas Arroz à valenciana Mousse de chocolate				

Nota: Às sextas-feiras, introduzimos peixe fresco do dia, prevendo-se a utilização de salmão, robalo, dourada, pargo, pescada (entre outros), de acordo com as capturas no dia anterior, assado ou cozido, sempre acompanhado por arroz, batata e legumes.

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

Colégio das Terras de Santa Maria – Ensino Básico (2.º e 3.º Ciclos) e Ensino Secundário  
Externato Paraíso dos Pequenininos – Ensino Pré-escolar e Ensino Básico 1.º Ciclo