



EMENTA

junho 2013

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sáb./Dom.
3	4	5	6	7	8
Sopa de nabo Almôndegas de bovino com esparguete Maçã	Sopa de alho francês Vitela estufada com ervilhas, cenouras com arroz branco Melão	Sopa de brócolos Massa Tagliatelle com atum e molho de tomate Pera	Sopa de curgetes Bife de peru com arroz de ervilhas Laranja	Creme de legumes Peixe fresco Pêssego	9
10	11	12	13	14	15
FERIADO	Sopa de feijão branco Macarronada à bolonhesa Gelatina	Sopa de abóbora Pescada à Brás Pera	Sopa de ervilhas Ovos mexidos com arroz de cenoura Laranja	Sopa de xuxu Peixe fresco Maçã	16
17	18	19	20	21	22
Sopa de penca Panados de porco com arroz de brócolos Pera	Sopa de alface Espetadas de frango com massa farfalle Laranja	Sopa de couve-flor Medalhões de pescada com arroz de tomate Fruta da época	Sopa de penca Jardineira de peru com salada de alface Maçã	Creme de cenoura Peixe fresco Laranja	23
24	25	26	27	28	29
Sopa de alface Massa com carne à lavrador Maçã	Sopa de feijão-verde Peru estufado com massa fusilli Mousse de chocolate	Sopa de feijão Calamares no forno com arroz Banana	Sopa de repolho Arroz de pato Pera	Sopa de couve-flor Peixe fresco Laranja	30

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 acompanhados por arroz ou batata e legumes.

Aviso: a ementa está disponível on-line em 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