



EMENTA

abril 2014

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sáb./Dom.
	1 Sopa de brócolos Pescada à Brás com salada mista Laranja	2 Sopa de alface Feijoada com carne de porco, frango e vitela e arroz branco Maçã	3 Sopa de couve-flor Bifinhos de peru grelhados com arroz branco e salada de tomate e pepino Pera	4 Sopa de alface Peixe fresco Banana	5
					6
7 Creme de ervilhas Macarronada de carnes Maçã	8 Sopa de nabo Filetes de pescada com salada russa Pera	9 Sopa de repolho Hambúrgueres de aves com arroz de tomate Laranja	10 Sopa de xuxu Vitela estufada com cenoura e ervilhas com puré de batata Gelatina	11 Creme de cenoura Peixe fresco Uvas	12
					13
14 Creme de legumes Fêvera de porco grelhada com arroz de feijão vermelho Laranja	15 Sopa de curgete Empadão de atum com salada de alface Morangos	16 Sopa de couve-bruxelas Coxinhas de frango assadas com arroz de brócolos Maçã	17 Sopa de nabiças Almôndegas de bovino com esparguete e salada de tomate Pera	18 SEXTA-FEIRA SANTA	19
					20
21 SEGUNDA-FEIRA DE PÁSCOA	22 Creme de cenoura Douradinhos de salmão no forno com arroz de pimentos Maçã	23 Sopa de feijão-verde Espetadas de peru com massa de cotovelos e salada mista Laranja	24 Sopa de alho francês Peixe fresco Mousse de chocolate	25 FERIADO NACIONAL	26
					27
28 Sopa de aipo Costeleta de porco grelhada com arroz de brócolos Banana	29 Sopa de abóbora Solha assada com batata cozida e salada de alface Laranja	30 Sopa de agrião Ovos mexidos com arroz branco Maçã			

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