



EMENTA

maio 2014

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sáb./Dom.
			1 FERIADO	2 Creme de brócolos Bifinhos de frango grelhados com arroz branco e feijão preto Melo	3
					4
5 Sopa de nabo Lombo de porco assado com arroz e salada mista Maçã	6 Sopa de curgete Centros de pescada estufados e batata cozida e legumes salteados Laranja	7 Sopa de xuxu Hambúrguer de peru grelhado com massa farfalle, salada alface e cenoura Pera	8 Sopa de couve-flor Peixe fresco Uvas	9 Sopa de repolho Arroz de frango e salada de alface Maçã	10
					11
12 Sopa de aipo Arroz à valenciana Pera	13 Sopa de feijão vermelho Atum com massa tagliatelle Maçã	14 Sopa de alho francês Frango assado com laranja, arroz e salada de cenoura Morangos	15 Sopa de alface Peixe fresco Gelatina	16 Sopa de feijão-verde Vitela estufada com cenoura e ervilhas com massa de cotovelos Laranja	17
					18
19 Sopa de cenoura e nabo Fêvera de porco grelhada com massa fusilli tricolor Maçã	20 Sopa de abóbora Filetes de salmão com batata cozida e salada mista Melão	21 Sopa de agrião Almôndegas de frango com arroz de cenoura e salada de alface Leite creme com canela	22 Sopa de penca Peixe fresco Laranja	23 Creme de legumes Rancho com couve lombarda cozida Pera	24
					25
26 Sopa de ervilhas Esparguete à bolonhesa, salada de tomate e pepino Maçã	27 Creme de cenoura Douradinhos de pescada com arroz de pimentos Pera	28 Sopa de couve-bruxelas Coelho estufado com cenouras e ervilhas e massa penne Mousse de chocolate	29 Sopa de lentilhas Peixe fresco Maçã	30 Sopa de curgete Strogonoff de carne de peru com arroz de brócolos Laranja	31

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