

EMENTA

junho 2019

Todos os pratos serão acompanhados de legumes.
No EPP e EAA, haverá saladas variadas fornecidas pelo staff e, no CTSM, um buffet de saladas, à escolha dos alunos.

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sáb./ Dom.
3 Creme de legumes Coxas de frango estufadas com cenoura, cogumelos e esparguete Fruta da época	4 Sopa de feijão catarino Bacalhau à Brás Fruta da época	5 Canja Vitela estufada com legumes e arroz branco Mousse de chocolate	6 Sopa de grão de bico Filetes de pescada no forno com batata, cenoura e ervilha Fruta da época	7 Sopa de nabo Bifes de frango grelhados com arroz branco e feijão preto Fruta da época	8
					9
10 FERIADO	11 Creme de lentilhas Atum ao natural com massa penne e molho de tomate Fruta da época	12 Sopa de alho francês Esparguete à bolonhesa de frango e peru Gelatina	13 Sopa de couve de bruxelas Salmão lascado com batata e macedónia de legumes Fruta da época	14 Sopa de feijão Hambúrguer de peru grelhado com arroz de cenoura Fruta da época	15
					16
17 Sopa de alface Jardineira de frango Fruta da época	18 Sopa de couve flor Medalhões de pescada estufados com batata cozida Fruta da época	19 Sopa de aipo Coelho estufado com cenoura, ervilhas e esparguete Fruta da época	20 FERIADO	21 Creme de cenoura Fêveras de porco grelhadas com arroz de legumes Fruta da época	22
					23
24 Sopa de feijão verde Strogonoff de peru Fruta da época	25 Sopa de agrião Filetes de bacalhau no forno com molho de limão, ervas aromáticas e arroz branco Fruta da época	26 Canja Espetadas de peru com arroz de ervilhas Fruta da época	27 Sopa de feijão manteiga Salada russa com atum e ovo picado Leite creme	28 Sopa de abóbora Frango assado com massa tricolor Fruta da época	29
					30

Consultadoria: nutricionista Sérgio Silva; Cédula profissional:1985N; Contato:918478351, APEG

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 Pequenos – Ensino Pré-escolar e Ensino Básico (1.º Ciclo)

Edifício Avó Aninhas – Ensino Pré-escolar e Ensino Básico (1.º Ciclo)

