



# EMENTA

## maio 2021 – creche

Todos os pratos serão acompanhados de legumes.  
No EAA e no CTSM haverá saladas variadas fornecidas pelo staff.

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sáb./ Dom.
3 Creme de legumes com carne Arroz de frango Fruta cozida	4 Creme de legumes com peixe Fusilli tricolor com atum e ovo raspado Fruta cozida	5 Creme de legumes com carne Bifes de frango grelhados com arroz branco e feijão preto Fruta cozida	6 Creme de legumes com peixe Filetes de palmeta com batata Gelatina	7 Creme de legumes com carne Vitela estufada com legumes e massa Fruta cozida	8 9
10 Creme de legumes com peixe Coxas de frango assadas com pimentos e arroz branco Fruta cozida	11 Creme de legumes com carne Bacalhau à espanhola Fruta cozida	12 Creme de legumes com peixe Rancho (frango/peru) Fruta cozida	13 Creme de legumes com carne Centros de pescada estufados com arroz de feijão Fruta cozida	14 Creme de legumes com peixe Massada de tabuleiro (frango com ervilhas, cenouras e queijo mozzarella) Fruta cozida	15 16
17 Creme de legumes com carne Perna de peru assada com esparguete Fruta cozida	18 Creme de legumes com peixe Solha no forno com arroz branco Fruta cozida	19 Creme de legumes com carne Strogonoff de peru Fruta cozida	20 Creme de legumes com peixe Filetes de pescada com salada russa Fruta cozida	21 Creme de legumes com carne Gratinado de frango Fruta cozida	22 23
24 Creme de legumes com peixe Bifes de frango grelhados com arroz de cenoura Fruta cozida	25 Creme de legumes com carne Salada de atum Fruta cozida	26 Creme de legumes com peixe Massa à lavrador (frango/peru) Fruta cozida	27 Creme de legumes com carne Maruca cozida com batatas cozidas Fruta cozida	28 Creme de legumes com peixe Peru estufado com massa Fruta cozida	29 30
31 Creme de legumes com carne Esparguete à bolonhesa Fruta cozida					

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

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

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

