EMENTA

junho 2021

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.
	1 Creme de lentilhas Carne de porco à alentejana Fruta da época	2 Sopa de brócolos Rissóis de peixe com arroz de ervilhas Fruta da época	3 Feriado	4 Sopa de alface Croquetes de carne com arroz de cenoura Fruta da época	5 6
7 Sopa de couve flor Rojões com arroz branco Fruta da época	8 Sopa de feijão vermelho Atum ao natural com massa fusilli, molho de tomate e mozarella Fruta da época	9 Creme de cenoura Espetadas de peru com arroz de ervilhas Mousse de chocolate	10 Feriado	11 Sopa de grão de bico Bifes de frango estufados com legumes e massa farfalle Fruta da época	12 13
14 Creme de legumes Arroz à valenciana Fruta cozida	15 Sopa de repolho com feijão Frango assado com arroz Fruta da época	16 Sopa de alho francês Pataniscas de bacalhau com arroz de feijão Fruta da época	17 Sopa de curgetes Lombo de porco assado com arroz de cenoura Fruta da época	18 Sopa de couve-de-bruxelas Massada de peixe Gelatina	19 20
21 Sopa de abóbora Salada de peito de frango Fruta da época	22 Sopa de chuchu Filetes de pescada crocantes com arroz de tomate Fruta da época	23 Sopa de espinafres Coelho estufado com cenoura, ervilhas e massa penne Fruta da época	24 Sopa de couve flor Atum ao natural com feijão frade, ovo e arroz branco Fruta da época	25 Creme de ervilhas Nuggets de frango com arroz chau chau Fruta da época	26 27
28 Sopa de feijão verde Massa à lavrador Fruta da época	29 Sopa de couve lombarda Fêveras de porco estufadas com cogumelos e arroz branco Fruta da época	30 Sopa de feijão manteiga Pescada à Brás Fruta da época			

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.