



EMENTA

junho 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. |
|--|---|--|---|---|------------|
| | 1 Creme de legumes com carne Frango estufado com legumes e batata Fruta cozida | 2 Creme de legumes com peixe Bacalhau à Gomes de Sá Fruta cozida | 3 Feriado | 4 Creme de legumes com peixe Bifes de peru com arroz de cenoura Fruta cozida | 5 6 |
| 7 Creme de legumes com carne Strogonoff de frango Fruta cozida | 8 Creme de legumes com peixe Atum ao natural com massa fusilli, molho de tomate e mozzarella Fruta cozida | 9 Creme de legumes com carne Espetadas de peru com arroz de ervilhas Fruta cozida | 10 Feriado | 11 Creme de legumes com peixe Bifes de frango estufados com legumes e massa farfalle Fruta cozida | 12 13 |
| 14 Creme de legumes com carne Arroz à valenciana Fruta cozida | 15 Creme de legumes com peixe Frango assado com arroz Fruta cozida | 16 Creme de legumes com carne Bacalhau cozido com batata e ovo Fruta cozida | 17 Creme de legumes com peixe Peito de frango assado com arroz de cenoura Fruta cozida | 18 Creme de legumes com carne Massada de peixe Fruta cozida | 19 20 |
| 21 Creme de legumes com peixe Salada de peito de frango Fruta cozida | 22 Creme de legumes com carne Filetes de pescada natural com arroz de tomate Fruta cozida | 23 Creme de legumes com peixe Coelho estufado com cenoura, ervilhas e massa penne Fruta cozida | 24 Creme de legumes com carne Atum ao natural com feijão frade, ovo e arroz branco Fruta cozida | 25 Creme de legumes com peixe Bifes de frango com arroz chau chau Fruta cozida | 26 27 |
| 28 Creme de legumes com carne Massa à lavrador (frango/peru) Fruta cozida | 29 Creme de legumes com peixe Peru estufado com cogumelos e arroz branco Fruta cozida | 30 Creme de legumes com carne Pescada cozida com batata Fruta cozida | | | |

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

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

