



EMENTA

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

outubro 2021 - creche

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sáb./ Dom.
				1 Creme de legumes com carne Bifes de frango estufados com massa Fruta cozida	2 3
4 Creme de legumes Peru assado arroz de cenoura Fruta cozida	5 Feriado nacional	6 Creme de legumes com peixe Esparguete à bolonhesa (frango/peru) Fruta cozida	7 Creme de legumes Espetadas de peru com arroz branco Fruta cozida	8 Creme de legumes com carne Massa tagliatelle com atum e molho de tomate com mozzarella Fruta cozida	9 10
11 Creme de legumes com peixe Coxinhas de frango assadas com pimentos e arroz Fruta cozida	12 Creme de legumes Vitela assada com massa penne Fruta cozida	13 Creme de legumes com carne Filetes de bacalhau fresco com salada russa Fruta cozida	14 Creme de legumes com peixe Guisado de coelho Fruta cozida	15 Creme de legumes Pescada cozida com batata cozida Fruta cozida	16 17
18 Creme de legumes com carne Bifes de frango grelhados com massa Fruta cozida	19 Creme de legumes com peixe Jardineira de frango com massa espirais Fruta cozida	20 Creme de legumes Maruca estufada com arroz de tomate Fruta cozida	21 Creme de legumes com carne Gratinado de frango Fruta cozida	22 Creme de legumes com peixe Centros de pescada no forno com arroz de ervilhas Fruta cozida	23 24
25 Creme de legumes Jardineira de peru Fruta cozida	26 Creme de legumes com carne Bifes de peru estufados com arroz branco Fruta cozida	27 Creme de legumes com peixe Arroz de peixe Fruta cozida	28 Creme de legumes Frango estufado com esparguete Fruta cozida	29 Creme de legumes com peixe Bacalhau à Gomes de Sá Fruta cozida	30 31

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)

