



EMENTA

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

setembro 2021 – creche

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sáb./ Dom.
		1 Creme de legumes Bifes de peru grelhados com arroz branco Fruta cozida	2 Creme de legumes com carne Centros de pescada no forno com batata cozida Fruta cozida	3 Creme de legumes com peixe Arroz de frango Fruta cozida	4 5
6 Creme de legumes Massada de frango Fruta cozida	7 Creme de legumes com carne Filetes de pescada no forno com arroz de ervilhas Fruta cozida	8 Creme de legumes com peixe Espetadas de peru com massa farfalle Fruta cozida	9 Creme de legumes Bacalhau à Gomes de Sá Fruta cozida	10 Creme de legumes com carne Gratinado de peru Fruta cozida	11 12
13 Creme de legumes com peixe Esparguete à bolonhesa (frango/peru) Fruta cozida	14 Creme de legumes com carne Estufado de atum com massa espirais Fruta cozida	15 Creme de legumes Vitela estufada com legumes e arroz branco Fruta cozida	16 Creme de legumes com carne Filetes de salmão no forno com ervas aromáticas e batata assada Fruta cozida	17 Creme de legumes com peixe Bifes de peru grelhados com arroz de cenoura Fruta cozida	18 19
20 Creme de legumes Jardineira de frango Fruta cozida	21 Creme de legumes com peixe Maruca cozida com batata cozida Fruta cozida	22 Creme de legumes com carne Bifes de frango grelhados com arroz e feijão preto Fruta cozida	23 Creme de legumes Massada de peixe Fruta cozida	24 Creme de legumes com carne Peru estufado com legumes e arroz Fruta cozida	25 26
27 Creme de legumes com peixe Strogonoff de peru Fruta cozida	28 Creme de legumes Arroz de atum no forno Fruta cozida	29 Creme de legumes com carne Frango estufado com arroz branco Fruta cozida	30 Creme de legumes com peixe Filetes de palmeta com arroz de tomate 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)

