

# ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÔNIO E CURRAL DAS FREIRAS

ANO LETIVO 2023/2024  
EMENTA PARA O MÊS DE ABRIL



Dia		08/04/2024	09/04/2024	10/04/2024	11/04/2024	12/04/2024
<b>Lanche</b>		Pão C/ queijo, leite e fruta	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	logurte, Pão C/ queijo e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Creme de ervilhas	Batata-doce e curgete	Canja	Espinafres	Creme de abóbora
	<b>Prato</b>	Almôndegas de bovino estufadas, massa e feijão-verde	Filete de fogaño no forno, arroz de cenoura e alface	Frango assado, massa e brócolos	Atum com feijão-frade, ovo, batata cozida, alface e tomate	Jardineira de porco (macedónia) com arroz
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Dia		15/04/2024	16/04/2024	17/04/2024	18/04/2024	19/04/2024
<b>Lanche</b>		Pão C/ queijo, leite e fruta	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	logurte, Pão C/ queijo e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Cenoura e repolho	Creme de cenoura	Caldo-verde	Abóbora e Couve-flor	Alho-francês e grão-de-bico
	<b>Prato</b>	Massa de atum e brócolos	Arroz de Frango com salada	Filete de cavala em escabeche, batata corada, alface e pepino	Feijoada de porco (repolho e cenoura) com arroz	Massa com fiambre, queijo, cogumelos e alface
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Dia		22/04/2024	23/04/2024	24/04/2024	25/04/2024	26/04/2024
<b>Lanche</b>		Pão C/ queijo, leite e fruta	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	<b>FERIADO</b>	Pão C/ queijo, leite e fruta
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Agrião	Abóbora e feijão-branco	Batata-doce e espinafres		Acelgas
	<b>Prato</b>	Esparguete à bolonhesa e beterraba	Filete de pescada no forno, arroz de cenoura e feijão-verde	Strogonoff de peru com massa, alface e milho-doce		Filetes de peixe panado, arroz de tomate e brócolos
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época		Fruta da época
Dia		29/04/2024	30/04/2024	01/05/2024	02/05/2024	03/05/2024
<b>Lanche</b>		Pão C/ queijo, leite e fruta	Leite, pão e fruta	<b>FERIADO</b>	logurte, Pão C/ queijo e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Creme de alho-francês	Canja		Creme de curgete	Abóbora e ervilhas
	<b>Prato</b>	Bacalhau em escabeche, com batata arroz e tomate	Frango assado, massa e cenouras baby		Hamburguer de bovino no forno, massa e feijão-verde	Arroz com filete de fogaño de tomatada e alface
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época		Fruta da época	Fruta da época

OBS: ESTA EMENTA PODERÁ SER SUJEITA A ALTERAÇÕES.