

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

ANO LETIVO 2024/2025

EMENTA DE 22 DE ABRIL A 16 DE MAIO



Dia		21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025
Almoço	Lanche	Interrupção Letiva	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	logurte, Pão C/ queijo e fruta	FERIADO
	Sopa		Batata-doce e curgete	Creme de ervilhas	Canja	
	Prato		Almôndegas de bovino estufadas com esparguete e brócolos	Massa de atum e feijão-verde	Frango assado com arroz branco, alface e tomate	
	Sobremesa		Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	
Dia		28/04/2025	29/04/2025	30/04/2025	01/05/2025	02/05/2025
Almoço	Lanche	Pão C/ queijo, leite e fruta	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	FERIADO	Pão C/ queijo, leite e fruta
	Sopa	Alho-francês	Abóbora e grão-de bico	Acelgas		Creme de cenoura
	Prato	Filete de pescada panado, arroz de tomate e feijão-verde	Esparguete a bolonhesa (suíno), alface e beterraba	Filete de fogueiro no forno, arroz, alface e tomate		Cotos de frango estufados com ervilhas e cotovelinhos
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época		Fruta da época
Dia		05/05/2025	06/05/2025	07/05/2025	08/05/2025	09/05/2025
Almoço	Lanche	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
	Sopa	Abóbora e nabo	Cenoura e couve-repolho	Batata-doce e espinafres	Curgete e feijão branco	Agrião
	Prato	Hamburguer de bovino no forno, massa e legumes	Omelete com fiambre, massa e salada	Picado de porco com arroz de cenoura e brócolos	Massa de atum e salada variada	Arroz de frango e macedónia
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Dia		12/05/2025	13/05/2025	14/05/2025	15/05/2025	16/05/2025
Almoço	Lanche	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
	Sopa	Couve-lombarda	Canja	Creme de curgete	Alho-francês e couve-flor	Abóbora e ervilhas
	Prato	Barrinhas de pescada com arroz de cenoura e brócolos	Frango assado, massa e feijão verde	Filete de pescada no forno, arroz de cenoura, alface e pepino	Jardineira de porco (macedónia) com arroz	Farfalle com Queijo, fiambre e cogumelos, alface e tomate
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época

OBS: ESTA EMENTA PODERÁ SER SUJEITA A ALTERAÇÕES.