

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

ANO LETIVO 2024/2025

EMENTA DE 19 DE MAIO A 12 DE JUNHO



Dia		19/05/2025	20/05/2025	21/05/2025	22/05/2025	23/05/2025
<b>Lanche</b>		Pão C/ queijo, leite e fruta	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	iogurte, Pão C/ queijo e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Batata-doce e acelgas	Cenoura e grão-de-bico	Abóbora e espinafres	Agrião e feijão-catarino	Calde-verde
	<b>Prato</b>	Esparguete a bolonhesa, alface e pepino	Filete de fogaño em molho de pimentos, arroz e brócolos	Massa de aves (frango e peru) com feijão-verde	Empadão de atum com arroz, salada	Lombo de porco com laranja, arroz branco, alface e tomate
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Dia		26/05/2025	27/05/2025	28/05/2025	29/05/2025	30/05/2025
<b>Lanche</b>		Pão C/ queijo, leite e fruta	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	iogurte, Pão C/ queijo e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Cenoura e alho-francês	Creme de brócolos	Abóbora e pimpinela	Curgete e couve-flor	Cevadinha
	<b>Prato</b>	Pescada panada com arroz branco	Macarronada de Porco e macedónia	Filete de cavala de tomatada, batata corada, alface e pepino	Chili de bovino (feijão-preto e milho-doce) com arroz	Frango assado, arroz de cenoura, alface e tomate
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Dia		02/06/2025	03/06/2025	04/06/2025	05/06/2025	06/06/2025
<b>Lanche</b>		Pão C/ queijo, leite e fruta	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	iogurte, Pão C/ queijo e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Canja	Batata e curgete	Creme de abóbora	Espinafres	Creme de ervilhas
	<b>Prato</b>	Farfalle com queijo, fiambre, cogumelos, alface e tomate	Massa de atum e feijão-verde	Pá de porco no forno, arroz branco e macedónia	Desfeita de paloco (grão-de-bico, ovo, batata), alface e pepino	Almôndegas de bovino estufadas, massa e brócolos
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Dia		09/06/2025	10/06/2025	11/06/2025	12/06/2025	13/06/2025
<b>Lanche</b>		Pão C/ queijo, leite e fruta	<b>FERIADO</b>	Pão C/ queijo, leite e fruta	iogurte, Pão C/ queijo e fruta	<b>ATIVIDADES DE ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO</b>
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b>	Acelgas e grão-de-bico		Creme de cenoura	Caldo-verde	
	<b>Prato</b>	Esparguete a bolonhesa, alface e beterraba		Filete de fogaño no forno, arroz branco e cenoura baby	Strogonoff de frango, massa, alface e tomate	
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época		Fruta da época	Fruta da época	

OBS: ESTA EMENTA PODERÁ SER SUJEITA A ALTERAÇÕES.