

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

ANO LETIVO 2025/2026
EMENTA DO MÊS DE DEZEMBRO



Dia		01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025	05/12/2025
Lanche		FERIADO	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	logurte, Pão C/ queijo e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta
Almoço	Sopa		Batata-doce e espinafres	Canja	Abóbora e couve-repolho	Creme de curgete
	Prato		Massa de atum e feijão-verde	Frango assado com arroz de açafraão, alface e tomate	Jardineira de porco com macedônia e arroz	Filete de pescada de cebolada, batatinha corada e pepino
	Sobremesa		Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Dia		08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
Lanche		FERIADO	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	logurte, Pão C/ queijo e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta
Almoço	Sopa		Curgete e feijão encarnado	Espinafres e couve-flor	Alho-francês e cenoura	Abóbora e acelgas
	Prato		Hamburguer com esparguete e cenoura baby	Filete de pescada panado, arroz de cenoura e brócolos	Coto de frango estufado, massa e feijão-verde	Filete de cavala de escabeche com batata, alface e pepino
	Sobremesa		Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
Dia		15/12/2025	16/12/2025	17/12/2025	18/12/2025	19/12/2025
Lanche		Pão C/ queijo, leite e fruta	Leite, pão e fruta	Pão C/ queijo, leite e fruta	logurte, Pão C/ queijo e fruta	ATIVIDADES DE NATAL
Almoço	Sopa	Cenoura e ervilhas	Agrião	Caldo verde	Ervilhas e cenouras	
	Prato	Esparguete à bolonhesa e feijão-verde	Massa de atum e feijão-verde	Carne de porco vinha d'alhos com arroz, alface e tomate	Macarronada de vaca com macedônia	
	Sobremesa	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Gelatina	

OBS: ESTA EMENTA PODERÁ SER SUJEITA A ALTERAÇÕES.



