

# Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares

## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO CASTELO DA MAIA ESCOLA EB 2,3 DO CASTÊLO DA MAIA

Semana de 10 a 14 de maio de 2021

### SEGUNDA

SOPA	LOMBARDA
PRATO	CARNE À JARDINEIRA
SALADA	ALFACE, TOMATE E PIMENTO
SOBREMESA	MAÇÃ

---

### TERÇA

SOPA	CREME DE LEGUMES
PRATO	ARROZ MALANDRINHO DE MARISCO
SALADA	ALFACE, TOMATE E BETERRABA
SOBREMESA	IOGURTE DE AROMAS

---

### QUARTA

SOPA	PURÉ DE FAVAS
PRATO	PEITO DE PERÚ NO FORNO COM ARROZ BRANCO
SALADA	ALFACE, TOMATE E COUVE ROXA
SOBREMESA	LARANJA

---

### QUINTA

SOPA	PENCA COM FEIJÃO
PRATO	MASSADA DE ATUM À ITALIANA E COGUMELOS
SALADA	ALFACE, TOMATE E CENOURA
SOBREMESA	BANANA

---

### SEXTA

SOPA	ABÓBORA COM FEIJÃO VERDE
PRATO	BIFANAS ESTUFADAS COM ARROZ
SALADA	ALFACE, TOMATE E MILHO
SOBREMESA	CLEMENTINAS

---



Diariamente é servido pão de mistura cuja energia é de 121,5 kcal.

Imagem: A Roda dos Alimentos Portuguesa. FCNAUP e Instituto do Consumidor, 2006

