

Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares

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

Semana de 21 a 25 de junho de 2021

SEGUNDA

SOPA	LEGUMES
PRATO	ARROZ XAU-XAU
SALADA	ALFACE, TOMATE E BETERRABA
SOBREMESA	MAÇÃ

TERÇA

SOPA	JULIANA
PRATO	FILETE PANADO DE PESCADA NO FORNO COM ARROZ DE FEIJÃO
SALADA	ALFACE, TOMATE E CENOURA
SOBREMESA	PUDIM FLAN

QUARTA

SOPA	PURÉ DE FAVAS
PRATO	ESPARGUETE À BOLONHESA
SALADA	ALFACE, TOMATE E PIMENTO
SOBREMESA	LARANJA

QUINTA

SOPA	CALDO VERDE
PRATO	ARROZ MALANDRINHO DE POLVO
SALADA	ALFACE, TOMATE E MILHO
SOBREMESA	BANANA

SEXTA

SOPA	LOMBARDA COM FEIJÃO
PRATO	ROJÕES À MINHOTA
SALADA	ALFACE, TOMATE E PEPINO
SOBREMESA	MELANCIA



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

