

# Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares

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

Semana de 31 de maio a 4 de junho de 2021

### SEGUNDA

SOPA	LEGUMES
PRATO	RANCHO À PORTUGUESA
SALADA	ALFACE E TOMATE
SOBREMESA	MAÇÃ

---

### TERÇA

SOPA	ABÓBORA COM FEIJÃO VERDE
PRATO	FUSILI GRATINADO COM FRUTOS DO MAR
SALADA	ALFACE, TOMATE E MILHO
SOBREMESA	MELANCIA

---

### QUARTA

SOPA	CREME DE BRÓCOLOS
PRATO	CHILI DE CARNE COM ARROZ BRANCO
SALADA	ALFACE, TOMATE E PEPINO
SOBREMESA	LARANJA

---

### QUINTA

SOPA	
PRATO	
SALADA	
SOBREMESA	

---

**FERIADO**

### SEXTA

SOPA	COUVE GALEGA
PRATO	CARNE DE PORCO À ALENTEJANA COM ARROZ
SALADA	ALFACE, TOMATE E CENOURA
SOBREMESA	BANANA

---



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

