

Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares

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

Semana de 1 a 5 de novembro de 2021

SEGUNDA

SOPA
PRATO
SALADA
SOBREMESA

FERIADO

TERÇA

SOPA
PRATO
SALADA
SOBREMESA

ABÓBORA COM FEIJÃO VERDE
EMPADÃO DE CARNE COM COGUMELOS
ALFACE, TOMATE E MILHO
MAÇÃ

QUARTA

SOPA
PRATO
SALADA
SOBREMESA

PENCA
LULAS À ROMANA NO FORNO COM ARROZ MALANDRINHO DE TOMATE
ALFACE, TOMATE E CENOURA
CLEMENTINAS

QUINTA

SOPA
PRATO
SALADA
SOBREMESA

LAVRADOR
ARROZ XAU-XAU COM OVOS MEXIDOS
ALFACE, TOMATE E PIMENTO
GELATINA

SEXTA

SOPA
PRATO
SALADA
SOBREMESA

BRÓCOLOS
MACARRÃO COM ATUM À ITALIANA
ALFACE, TOMATE E BETERRABA
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

