

Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares

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

Semana de 4 a 8 de outubro de 2021

SEGUNDA

SOPA	CREME DE BRÓCOLOS
PRATO	RANCHO À PORTUGUESA
SALADA	ALFACE E TOMATE
SOBREMESA	MAÇÃ

TERÇA

SOPA	
PRATO	
SALADA	
SOBREMESA	

FERIADO

QUARTA

SOPA	LOMBARDA
PRATO	CARNE DE PORCO À ALENTEJANA COM ARROZ SECO
SALADA	ALFACE, TOMATE E MILHO
SOBREMESA	PÊRA

QUINTA

SOPA	ABÓBORA COM FEIJÃO VERDE
PRATO	CALAMARES COM ESPARGUETE À ITALIANA
SALADA	ALFACE, TOMATE E PEPINO
SOBREMESA	GELATINA

SEXTA

SOPA	PENCA
PRATO	FEIJOADA À MODA DO PORTO
SALADA	ALFACE E TOMATE
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

