

Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares

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

Semana de 19 a 23 de abril de 2021

SEGUNDA

SOPA	LOMBARDA
PRATO	ARROZ XAU-XAU
SALADA	ALFACE, TOMATE E PIMENTO
SOBREMESA	MAÇÃ

TERÇA

SOPA	CANJA
PRATO	FRANGO ASSADO COM ESPARGUETE SALTEADO COM TOMATE E OREGÃO
SALADA	ALFACE, TOMATE E CENOURA
SOBREMESA	CLEMENTINAS

QUARTA

SOPA	CALDO VERDE
PRATO	EMPADÃO DE ATUM E COGUMELOS SALTEADOS
SALADA	ALFACE, TOMATE E MILHO
SOBREMESA	GELATINA

QUINTA

SOPA	CREME DE GRÃO COM ESPINAFRES
PRATO	LOMBO NO FORNO COM ARROZ DE AÇAFRÃO
SALADA	ALFACE, TOMATE E BETERRABA
SOBREMESA	BANANA

SEXTA

SOPA	JULIANA
PRATO	ARROZ MALANDRINHO DE SALMÃO E DELÍCIAS DO MAR
SALADA	ALFACE E TOMATE
SOBREMESA	LARANJA



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

