

# Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares

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

Semana de 3 a 7 de maio de 2021

### SEGUNDA

SOPA	CORAÇÃO
PRATO	COTOVELO COM CARNE À LAVRADOR
SALADA	ALFACE E TOMATE
SOBREMESA	MAÇÃ

---

### TERÇA

SOPA	COUVE GALEGA
PRATO	PATANISCAS DE BACALHAU COM ARROZ DE CENOURA
SALADA	ALFACE, TOMATE E BETERRABA
SOBREMESA	LARANJA

---

### QUARTA

SOPA	CREME DE BRÓCOLOS
PRATO	ESPARGUETE À BOLONHESA
SALADA	ALFACE, TOMATE E PIMENTO
SOBREMESA	BANANA

---

### QUINTA

SOPA	PENCA COM FEIJÃO
PRATO	CALAMARES NO FORNO COM ARROZ E LEGUMES
SALADA	ALFACE, TOMATE E MILHO
SOBREMESA	GELATINA

---

### SEXTA

SOPA	LOMBARDA
PRATO	TIRAS DE FÊVERA COM MOLHO DE COGUMELOS E ARROZ BRANCO
SALADA	ALFACE, TOMATE E CENOURA
SOBREMESA	CLEMENTINAS

---



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

