

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



Semana
24 a 28-01-2022

ALMOÇO/Lanche

| | | |
|------------------|---|-------------------|
| 2ª Feira | | 24/01/2022 |
| Sopa | Canja de Galinha com estrelinhas a)/ Creme de legumes com galinha | |
| Prato | Gratinado de Frango com massa penne (a,g) e bróculos | |
| Sobremesa | Fruta | |
| Lanche | Iogurte / Iogurte com fruta | |
| 3ª Feira | | 25/01/2022 |
| Sopa | de Cenoura e feijão Verde / com ovo | |
| Prato | Massada de Peixe d) a) | |
| Sobremesa | Fruta | |
| Lanche | Papa / Leite com Cereais | |
| 4ª Feira | | 26/01/2022 |
| Sopa | de legumes / com vitela | |
| Prato | Empadão de vitela (feito com Esmagada de batata) | |
| Sobremesa | Fruta | |
| Lanche | Iogurte / Iogurte com fruta | |
| 5ª Feira | | 27/01/2022 |
| Sopa | de espinafres / com peixe | |
| Prato | Pescada à romana com arroz de legumes e salada d) | |
| Sobremesa | Fruta | |
| Lanche | Papa / Leite com Cereais | |
| 6ª Feira | | 28/01/2022 |
| Sopa | Creme de ervilhas / com peru | |
| Prato | hamburguer de bovino com esparguete a); Salada | |
| Sobremesa | Fruta | |
| Lanche | Iogurte / Iogurte com fruta | |

Nota : A ementa pode ser alterada

Informação relativa aos alérgenos

a) Cereais com glúten

b) Crustáceos

c) Ovos

d)- Peixe

e)- Amendoins

g) Leite

h) Frutos de Casca Rija

i) Aipo

j) Mostarda

k) Sementes de sésamo

l) Dióxido de enxofre e sulfitos

m) Moluscos

n) Tremeços

f) Soja