

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e LANCHE

Semana
08 a 12-11-2021

2ª Feira		08/11/2021
Sopa	Canja de Galinha / de legumes com galinha	
Prato	Arroz de frango e legumes	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		09/11/2021
Sopa	Juliana / com peixe	
Prato	Bolonesa de peixe a) d) ; Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / leite com cereais	
4ª Feira		10/11/2021
Sopa	Creme de Cenoura / com vitela	
Prato	Chili (feito com vitela e feijão preto)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		11/11/2021
Sopa	de Grão / com peixe	
Prato	Filetes de Pescada no forno com arroz de cenoura; Salada d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / leite com cereais	
6ª Feira		12/11/2021
Sopa	Agrião / com vitela	
Prato	Vitela estufada com macarrão a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	

A ementa pode vir a ser alterada

Nota: A ementa pode ser alterada

Informação relativa aos alérgenos

- | | | |
|-----------------------|-------------------------|----------------------------------|
| a) Cereais com glúten | g) Leite | l) Dióxido de enxofre e sulfitos |
| b) Crustáceos | h) Frutos de Casca Rija | m) Moluscos |
| c) Ovos | i) Aipo | n) Tremeços |
| d)- Peixe | j) Mostarda | |
| e)- Amendoins | k) Sementes de sésamo | |
| f) Soja | | |