

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



Semana
15 a 19-11-2021

ALMOÇO e LANCHE

2ª Feira		15/11/2021
Sopa	Canja de Galinha / puré de legumes com galinha	
Prato	Arroz à valenciana (feito com vitela, legumes)	
Sobremesa	Fruta	
lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		16/11/2021
Sopa	Creme de cenoura / com peixe	
Prato	Pescada à Gomes Sá; Salada c) d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / leite com cereais	
4ª Feira		17/11/2021
Sopa	Creme de Legumes / com perú	
Prato	Empadão de Carne (Esmagada de batata, carne de vaca picada) c)	
Sobremesa	Fruta	
lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		18/11/2021
Sopa	Creme de Grão / com peixe	
Prato	Pudim de peixe (feito com arroz)	
Sobremesa	Fruta	
lanche	Papa / leite com cereais	
6ª Feira		19/11/2021
Sopa	de Couve flor / com Vitela	
Prato	Vitela à Primavera	
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 | | |