

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana
04-10-2021 a 08-10-2021

2ª Feira		04/10/2021
Sopa	Creme de Cenoura	
Prato	Frango estufado com macarrão; e legumes a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
3ª Feira		05/10/2021
Sopa		
Prato		
Sobremesa		
Lanche		
4ª Feira		06/10/2021
Sopa	Sopa Juliana / com peru	
Prato	Empadão de vitela (esmagada de batata)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		07/10/2021
Sopa	de espinafres com grão/ com peixe	
Prato	Pescada à romana com arroz de feijão; d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
6ª Feira		08/10/2021
Sopa	Creme de Abóbora / com frango	
Prato	Almôndegas de vitela com esparguete a); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	

A ementa pode vir a ser alterada

Informação relativa aos alergénios

- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| a) Cereais com glúten | g) Leite |
| b) Crustáceos | h) Frutos de Casca Rija |
| c) Ovos | i) Aipo |
| d)- Peixe | j) Mostarda |
| e)- Amendoins | k) Sementes de sésamo |
| f) Soja | |