

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana
11 a 15-10-2021

2ª Feira		11/10/2021
Sopa	Canja de galinha com pevide a)/ Sopa de Legumes com frango	
Prato	Salada de Frango com massa fisuli, milho, cenoura e ervilhas a)	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		12/10/2021
Sopa	de nabiças / com peixe	
Prato	Pescada de Cebolada com batata cozida e bróculos (d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
4ª Feira		13/10/2021
Sopa	Sopa de agrião / com Vitela	
Prato	Vitela Assada com massa esparguete (a); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		14/10/2021
Sopa	Feijão Verde/ com peixe	
Prato	Filetes de pescada no forno com arroz de legumes; Salada d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
6ª Feira		15/10/2021
Sopa	de Nabiças / com vitela	
Prato	Feijoada (feita com feijão encarnado, repolho, vitela)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	

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 | |