



COLÉGIO QUINTA DO LAGO

Ementa Creche



2ª Feira		18-06-2018
Sopa	Canja de galinha com letras a) / Sopa de Legumes com Galinha	
Prato	Frango estufado com massinhas a)	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		19-06-2018
Sopa	Espinafres / com peixe	
Prato	Salada de Peixe (peixe cozido com batata, cenoura e ervilhas)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
4ª Feira		20-06-2018
Sopa	de Agrião / com perú	
Prato	Bifinhos de perú grelhados com esparguete; Salada a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		21-06-2018
Sopa	Agrião / com peixe	
Prato	Empadão de peixe (com arroz); Salada d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
6ª Feira		22-06-2018
Sopa	Creme de legumes / com vitela	
Prato	Jardineira de Vitela	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa/ leite com Cereais	

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 | |