

# Ementa Refeitório COLÉGIO QUINTA DO LAGO



Semana  
08-01-2018 a 12-01-2018

## ALMOÇO

<b>2ª Feira</b>		<b>08-01-2018</b>
<b>Sopa</b>	Canja de Galinha com massa pevide a)	
<b>Prato</b>	Esparguete à Bolonhesa; Salada a)	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>3ª Feira</b>		<b>09-01-2018</b>
<b>Sopa</b>	de Feijão encarnado e repolho	
<b>Prato</b>	Calamares com Arroz e Salada c) d)	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>4ª Feira</b>		<b>10-01-2018</b>
<b>Sopa</b>	Juliana	
<b>Prato</b>	Vitela à Portuguesa	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>5ª Feira</b>		<b>11-01-2018</b>
<b>Sopa</b>	Creme de Abóbora com grão	
<b>Prato</b>	Filetes de Pescada no forno com arroz de ervilhas; Salada d)	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>6ª Feira</b>		<b>12-01-2018</b>
<b>Sopa</b>	de Hortaliça	
<b>Prato</b>	Carne de Vaca estufada com macarrão; Salada a)	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	

A ementa pode vir a ser alterada

### Informação relativa aos alergénios

- |                       |                         |                                  |
|-----------------------|-------------------------|----------------------------------|
| 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) Tremoços                      |
| d)- Peixe             | j) Mostarda             |                                  |
| e)- Amendoins         | k) Sementes de sésamo   |                                  |
| f) Soja               |                         |                                  |