



COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana
14-05-2018 a 18-05-2018

2ª Feira		14-05-2018
Sopa	Canja de galinha com letras a) / Sopa de Legumes com Galinha	
Prato	Arroz à valenciana (aves); Salada	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		15-05-2018
Sopa	Espinafres / com peixe	
Prato	Filetes no forno com arroz e salada d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
4ª Feira		16-05-2018
Sopa	de Bróculos / com peru	
Prato	Bifinhos de peru com massa lacinhos a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		17-05-2018
Sopa	Agrião / com Ovo	
Prato	Peixe cozido com batata e cenoura d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa/ leite com Cereais	
6ª Feira		18-05-2018
Sopa	Creme de legumes / com vitela	
Prato	Rolo de Carne com massa Fusili; Salada a)	
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 | |