



COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana
28-05-2018 a 01-06-2018

2ª Feira		28-05-2018
Sopa	Canja de galinha com letras a) / Sopa de Legumes com Galinha	
Prato	Frango Estufado com esparguete; Salada a)	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		29-05-2018
Sopa	Creme de legumes/ peixe	
Prato	Salada de Peixe d) c)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
4ª Feira		30-05-2018
Sopa	de Couve Portuguesa/ com carne	
Prato	Chili de carne de vaca com arroz branco; Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		31-05-2018
Sopa		
Prato		
Sobremesa		
Lanche		
6ª Feira		01-06-2018
Sopa	Alho Francês / com peixe	
Prato	Massada de peixe d)	
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 | |

