

# Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



## ALMOÇO e Lanche

Semana  
30-04-2018 a 04-05-2018

<b>2ª Feira</b>		<b>30-04-2018</b>
<b>Sopa</b>	Canja de galinha com couscous a)/ Sopa de Legumes com frango	
<b>Prato</b>	Frango com Esparguete; salada de alface e tomate	
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	
<b>Lanche</b>	iogurte / iogurte com fruta	
<b>3ª Feira</b>		<b>01-05-2018</b>
<b>Sopa</b>		
<b>Prato</b>		
<b>Sobremesa</b>		
<b>Lanche</b>		
<b>4ª Feira</b>		<b>02-05-2018</b>
<b>Sopa</b>	Sopa de Hortaliça / com peixe	
<b>Prato</b>	Pudim de Atum; Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	iogurte / iogurte com fruta	
<b>5ª Feira</b>		<b>03-05-2018</b>
<b>Sopa</b>	de feijão branco/ com vitela	
<b>Prato</b>	Vitela Assada com batatinhas no forno; Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	Papa / Leite com Cereais	
<b>6ª Feira</b>		<b>04-05-2018</b>
<b>Sopa</b>	Creme de Cenoura / com peixe	
<b>Prato</b>	Salada de Bacalhau com massa lacinhos; legumes	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	iogurte / iogurte com fruta	

A ementa pode vir a ser alterada

### Informação relativa aos alérgenos

- |                       |                         |
|-----------------------|-------------------------|
| 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               |                         |