

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



Semana de 04-02-2019 a 08-02-2019

ALMOÇO e Lanche

2ª Feira		04-02-2019
Sopa	Canja de Galinha com massa a)/ Sopa de legumes com frango	
Prato	frango estufado com esparguete; bróculos a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		05-02-2019
Sopa	Macedónia de legumes / com peixe d)	
Prato	Peixe cozido com batata, cenoura e bróculos d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com cereais a)	
4ª Feira		06-02-2019
Sopa	de Agrião / com vitela	
Prato	Picado de Vitela com arroz e feijão ; Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		07-02-2019
Sopa	de Couve portuguesa e feijão / com Peixe d)	
Prato	Salada de Peixe com massa fusili, bróculso e cenoura a) d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com cereais	
6ª Feira		08-02-2019
Sopa	de Bróculos / com Vitela	
Prato	Bolonesa de vitela com Esparguete 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 | |