

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana de
11 a 15-02-2019

2ª Feira		11-02-2019
Sopa	Canja de galinha / Sopa de Legumes com Galinha	
Prato	Tiras de peru com esparguete; Salada a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		12-02-2019
Sopa	De legumes / com ovo	
Prato	Empadão de pescada / atum (feito com arroz) ; salada c) d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais a)	
4ª Feira		13-02-2019
Sopa	De Alho Francês/ com Vitela	
Prato	Rancho (vitela, grão, massa e couve coração)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		14-02-2019
Sopa	feijão verde / com Peixe	
Prato	Massada de peixe a) d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
6ª Feira		15-02-2019
Sopa	Juliana / com Vitela	
Prato	Carne de vaca à portuguesa; Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	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 | |