

Ementa Refeitório COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO

Ementa de 14 a 18-01-2019

2ª Feira		14-01-2019
Sopa	Canja de Galinha com hortelã	
Prato	Salada de Frango c)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
3ª Feira		15-01-2019
Sopa	Sopa de Legumes	
Prato	Empadão de atum com salada mista c)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
4ª Feira		16-01-2019
Sopa	Sopa de Agrião	
Prato	Feijoada à transmontana	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
5ª Feira		17-01-2019
Sopa	Sopa de hortalíça	
Prato	Filetes de Pescada no forno com arroz e salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte/arroz doce	
6ª Feira		18-01-2019
Sopa	Sopa de Espinafres	
Prato	Carne Guisada com Macarrão	
Sobremesa	Fruta/iogurte	

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 | |