

Ementa Refeitório COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO

Semana de 04 a 08-03-2019

2ª Feira		04-03-2019
Sopa	Canja de Galinha com couscous	
Prato	Frango assado no forno com Esparguete a)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
3ª Feira		05-03-2019
Sopa		
Prato		
Sobremesa		
4ª Feira		06-03-2019
Sopa	Couve Galega com feijão branco	
Prato	Empadão de Carne c) g); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
5ª Feira		07-03-2019
Sopa	de Agrião	
Prato	Massada de Peixe (d); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
6ª Feira		08-03-2019
Sopa	de Alho Francês	
Prato	Jardineira de peru	
Sobremesa	Fruta/iogurte	

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 | |