

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana
18-03-2019 a 22-03-2019

| | | |
|------------------|--|-------------------|
| 2ª Feira | | 18-03-2019 |
| Sopa | Canja de galinha com pevide a)/ Sopa de Legumes com frango | |
| Prato | Jardineira de aves | |
| Sobremesa | Fruta da época | |
| Lanche | iogurte / iogurte com fruta g) | |
| 3ª Feira | | 19-03-2019 |
| Sopa | Puré de grão / com peixe | |
| Prato | salada de bacalhau fresco com grão e batata; ovo © d)) | |
| Sobremesa | Fruta | |
| Lanche | Papa / Leite com Cereais a) g) | |
| 4ª Feira | | 20-03-2019 |
| Sopa | Sopa Couve flôr / com perú | |
| Prato | Roti de perú com arroz de ervilhas d) | |
| Sobremesa | Fruta | |
| Lanche | iogurte / iogurte com fruta g) | |
| 5ª Feira | | 21-03-2019 |
| Sopa | de bróculos/ com peixe | |
| Prato | Pescada gratinada com batata e bróculos d) g) | |
| Sobremesa | Fruta | |
| Lanche | Papa / Leite com Cereais a) g) | |
| 6ª Feira | | 22-03-2019 |
| Sopa | de Creme de ervilhas / com vitela | |
| Prato | Vitela assada com massa lacinhos a) Salada | |
| Sobremesa | Fruta | |
| Lanche | iogurte / iogurte com fruta g) | |

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 | |