

Ementa Refeitório COLÉGIO QUINTA DO LAGO



Semana
25-03-2019 a 29-03-2019

ALMOÇO

2ª Feira		25-03-2019
Sopa	Canja de Galinha	
Prato	Arroz de Aves no forno; Salada	
Sobremesa	Fruta/ iogurte	
3ª Feira		26-03-2019
Sopa	de feijão Verde e Cenoura	
Prato	Peixe cozido; legumes	
Sobremesa	Gelatina/ Fruta / iogurte	
4ª Feira		27-03-2019
Sopa	de Couve Flor	
Prato	Rancho à portuguesa (Frango, vaca, grão, massa , repolho) a)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
5ª Feira		28-03-2019
Sopa	de nabiças	
Prato	Bolonesa de Atum; salada a), d)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
6ª Feira		29-03-2019
Sopa	creme de legumes	
Prato	Febras Grelhadas ; Batata loura; Salada	
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 | |