

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO E LANCHE

Semana
05-11-2018 a 09 -11-2018

2ª Feira		05-11-2018
Sopa	Canja de galinha/ de legumes com galinha	
Prato	Massinha com Frango estufado (a); salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		06-11-2018
Sopa	de Espinafres / com peixe	
Prato	Filetes de Pescada no forno com arroz de tomate; Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com cereais	
4ª Feira		07-11-2018
Sopa	Creme de Ervilhas / com vitela	
Prato	Guisado de Vitela com macarrão riscada e lombardo (a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		08-11-2018
Sopa	de hortaliça / com peixe	
Prato	Arroz de Peixe (d); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com cereais	
6ª Feira		09-11-2018
Sopa	Creme de Cenoura / com vitela	
Prato	Almôndegas de vitela com esparguete; Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	

A ementa pode vir a ser alterada

Nota: A ementa pode ser alterada

Informação relativa aos alérgenos

- | | | |
|-----------------------|-------------------------|----------------------------------|
| a) Cereais com glúten | g) Leite | l) Dióxido de enxofre e sulfitos |
| b) Crustáceos | h) Frutos de Casca Rija | m) Moluscos |
| c) Ovos | i) Aipo | n) Tremoços |
| d)- Peixe | j) Mostarda | |
| e)- Amendoins | k) Sementes de sésamo | |
| f) Soja | | |