

Ementa Refeitório COLÉGIO QUINTA DO LAGO



Semana
19 a 23-11-2018

ALMOÇO

2ª Feira		19-11-2018
Sopa	Canja de Galinha com hortelã e letras (a)	
Prato	Frango estufado com esparguete (a)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
3ª Feira		20-11-2018
Sopa	Caldo verde	
Prato	Filetes de pescada no forno com arroz e salada d)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
4ª Feira		21-11-2018
Sopa	Creme de Cenoura	
Prato	Empadão de carne (g); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
5ª Feira		22-11-2018
Sopa	de legumes	
Prato	Bacalhau à Gomes Sá (c,d); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
6ª Feira		23-11-2018
Sopa	nabiças	
Prato	Carne de vaca assada com puré de batata ; Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	

A ementa pode vir a ser alterada

Informação relativa aos alergénios

- | | | |
|-----------------------|-------------------------|----------------------------------|
| 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 | | |