

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e LANCHE

Ementa de 26 a 30-11-2018

2ª Feira		26-11-2018
Sopa	Canja de Galinha / de legumes com galinha	
Prato	Jardineira de Vitela	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		27-11-2018
Sopa	de Espinafres/ com peixe	
Prato	Pescada gratinada com batatas e legumes (d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	papa / leite com cereais	
4ª Feira		28-11-2018
Sopa	de Alho Francês com vitela	
Prato	Vitela estufada com feijão encarnado, arroz; Legumes incorporados	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		29-11-2018
Sopa	Creme de Feijão / com peixe	
Prato	Peixe cozido com batatas e legumes (d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	papa / leite com cereais	
6ª Feira		30-11-2018
Sopa	de Couve Flor / com vitela	
Prato	Empadão de carne (vitela); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	

A ementa pode vir a ser alterada

Nota: A ementa pode ser alterada

Informação relativa aos alergénios

- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| a) Cereais com glúten | g) Leite |
| b) Crustáceos | h) Frutos de Casca Rija |

- c) Ovos
- d)- Peixe
- e)- Amendoins
- f) Soja

- i) Aipo
- j) Mostarda
- k) Sementes de sésamo

