

Ementa Refeitório COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO

Semana 01 a 05-10-2018

2ª Feira		01-10-2018
Sopa	Canja de galinha a)	
Prato	Arroz à Valenciana ; Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte de fruta	
3ª Feira		02-10-2018
Sopa	Caldo verde	
Prato	Bacalhau à Brás (c,d); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte de fruta	
4ª Feira		03-10-2018
Sopa	de Espinafres	
Prato	Bifanas Grelhadas com Esparguete; Salada a)	
Sobremesa	Fruta/iogurte de fruta	
5ª Feira		04-10-2018
Sopa	Sopa da pedra	
Prato	Empadão de peixe com coentros (d); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte de fruta	
6ª Feira		05-10-2018
Sopa		
Prato		
Sobremesa		

Nota : A ementa pode ser alterada

Informação relativa aos alergénios

- a) Cereais com glúten
- b) Crustáceos
- c) Ovos
- d)- Peixe
- e)- Amendoins
- f) Soja
- g) Leite
- h) Frutos de Casca Rija
- i) Aipo

- j) Mostarda
- k) Sementes de sésamo
- l) Dióxido de enxofre e sulfitos
- m) Moluscos
- n) Tremoços