

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO E LANCHE

Semana
08 a 12-10-2018

2ª Feira		08-10-2018
Sopa	Canja de galinha com pevide a)/ Sopa de legumes com galinha	
Prato	Frango estufado com massa espiral e salada mista a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / logurte com fruta	
3ª Feira		09-10-2018
Sopa	de legumes / com peixe	
Prato	Pescada no forno (d) com arroz e salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa/ Leite com cereais	
4ª Feira		10-10-2018
Sopa	de Couve Flor / com vitela	
Prato	Empadão de Vitela com Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / logurte com fruta	
5ª Feira		11-10-2018
Sopa	de hortaliça com grão / com peixe	
Prato	Sala de peixe com massa fusili a) d); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa/ Leite com cereais	
6ª Feira		12-10-2018
Sopa	Hortaliça com feijão branco / com frango	
Prato	Bifinhos de frango grelhados com esparguete e Salada (a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / logurte com fruta	

Nota : A ementa pode ser alterada

Informação relativa aos alérgenos

- 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) Tremeços