

# Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



## ALMOÇO e Lanche

Semana  
10 a 14-09-2018

<b>2ª Feira</b>		<b>10-09-2018</b>
<b>Sopa</b>	Canja de galinha com pevide a)/ Sopa de Legumes com frango	
<b>Prato</b>	Arroz de aves à moda antiga; Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	
<b>Lanche</b>	iogurte / iogurte com fruta	
<b>3ª Feira</b>		<b>11-09-2018</b>
<b>Sopa</b>	de Hortalíça com feijão branco / com peixe	
<b>Prato</b>	Pescada de Cebolada com batata cozida e bróculos (d)	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	Papa / Leite com Cereais	
<b>4ª Feira</b>		<b>12-09-2018</b>
<b>Sopa</b>	Sopa de agrião / com Vitela	
<b>Prato</b>	Vitela Assada com massa fusili (a); Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	iogurte / iogurte com fruta	
<b>5ª Feira</b>		<b>13-09-2018</b>
<b>Sopa</b>	Feijão Verde/ com peixe	
<b>Prato</b>	Salada de bacalhau fresco com batata, grão , cenoura e ovo	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	Papa / Leite com Cereais	
<b>6ª Feira</b>		<b>14-09-2018</b>
<b>Sopa</b>	de Nabiças / com vitela	
<b>Prato</b>	Almôndegas de vitela com esparguete (a); Salada	
<b>Sobremesa</b>	Fruta	
<b>Lanche</b>	iogurte / iogurte com fruta	

### Informação relativa aos alergénios

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

