

Ementa Refeitório COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO

Semana
17 a 21-09-2018

2ª Feira		17-09-2018
Sopa	Canja de Galinha a) com hortelã	
Prato	Arroz de Pato no forno ; Salada	
Sobremesa	Fruta / iogurte de fruta	
3ª Feira		18-09-2018
Sopa	Alho Francês	
Prato	Massada de Peixe (tintureira) d) ; Salada	
Sobremesa	Fruta / iogurte de fruta	
4ª Feira		19-09-2018
Sopa	Creme de Legumes	
Prato	Chili ; arroz; Salada	
Sobremesa	Fruta / iogurte de fruta	
5ª Feira		20-09-2018
Sopa	Agrião	
Prato	Douradinhos no forno com arroz e salada (a)c)d)	
Sobremesa	Fruta / iogurte de fruta	
6ª Feira		21-09-2018
Sopa	Hortaliça com grão	
Prato	Rolo de Carne com esparguete a); Salada	
Sobremesa	Fruta da época	

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) Tremeços