

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



2ª Feira		24-09-2018
Sopa	Canja de galinha com letras a) / Sopa de Legumes com Galinha	
Prato	Frango Estufado com massa (a); Salada	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		25-09-2018
Sopa	Creme de cenoura / com peixe	
Prato	Filete de Pescada no forno , com arroz (d); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
4ª Feira		26-09-2018
Sopa	Creme de Espinafres / com vitela	
Prato	Vitela guisada com macarrão (a); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		27-09-2018
Sopa	Creme de abóbora / com peixe	
Prato	Pudim de Peixe (d); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
6ª Feira		28-08-2018
Sopa	Creme de Legumes / com vitela	
Prato	Hamburgueres de bovino grelhados com cotovelos (a); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa/ leite com Cereais	

A ementa pode vir a ser alterada

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 | |