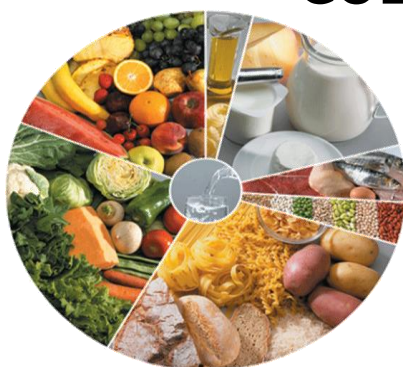


Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana
16-03-2020 a 20-03-2020

2ª Feira		16-03-2020
Sopa	Canja de galinha com pevide a)/ Sopa de Legumes com frango	
Prato	Frango à brás / com couscous e vegetais a)	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta g)	
3ª Feira		17-03-2020
Sopa	de hortalíça / com peixe	
Prato	Bolonhesa de atum / de peixe ; salada mista a) d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais a) g)	
4ª Feira		18-03-2020
Sopa	Sopa Couve flor / com perú	
Prato	Vitela estufada com arroz de legumes	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta g)	
5ª Feira		19-03-2020
Sopa	de bróculos/ com peixe	
Prato	Pescada à Gomes Sá d) g)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais a) g)	
6ª Feira		20-03-2020
Sopa	de Creme de ervilhas / com vitela	
Prato	Jardineira de vitela	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta g)	

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 | |