

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



Semana
23-03-2020 a 27-03-
2020

2ª Feira

ALMOÇO e Lanche

Sopa	Canja de galinha com letras a) / Sopa de Legumes com Galinh	23-03-2020
Prato	Estufadinho de vitela com esparguete a) ; Salada	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta g)	
3ª Feira		
Sopa	Couve lombarda e feijão / com peixe	24-03-2020
Prato	Peixe assado no forno com batatas e legumes d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais a) g)	
4ª Feira		
Sopa	Creme de legume c/ com vitela	25-03-2020
Prato	Cubos de peru estufados com macarrão; Salada a)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta g)	
5ª Feira		
Sopa	Creme de ervilhas / com peixe	26-03-2020
Prato	Salada de peixe com grão e legumes d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais a) g)	
6ª Feira		
Sopa	Couve flor / com	27-03-2020
Prato	Cubos de frango à portuguesa	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	

A ementa pode vir a ser alterada

Informação relativa aos alérgenos

- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| 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 | |