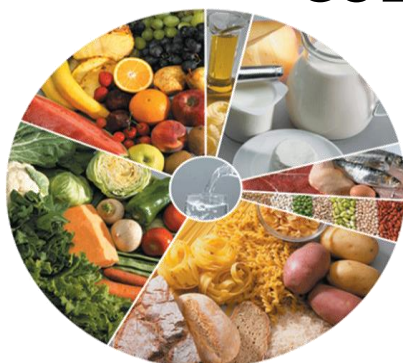


Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO E LANCHE

Semana
14-12-2020 a 18-12-2020

2ª Feira		14-12-2020
Sopa	Canja de galinha com pevide a)/ Sopa de legumes com galinha	
Prato	Frango assado no forno com esparguete (a); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / logurte com fruta	
3ª Feira		15-12-2020
Sopa	de legumes / com peixe	
Prato	Filetes de Pescada no forno com arroz e Salada c)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa/ Leite com cereais	
4ª Feira		16-12-2020
Sopa	Creme de Cenoura / com vitela	
Prato	Feijoada à transmontana (feita com carne de vaca, feijão encarnado e repolho)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / logurte com fruta	
5ª Feira		17-12-2020
Sopa	de grão / com peixe	
Prato	Massada de Peixe (a,d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa/ Leite com cereais	
6ª Feira		18-12-2020
Sopa	de Lombardo / com vitela	
Prato	Rolo de vitela com puré de batata g) / esmagada de batata	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / logurte com fruta	

Nota : A ementa pode ser alterada

Informação relativa aos alérgenos

- 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) Tremoços