

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana
26 -09-2022 a 30-09-2022

2ª Feira		26/09/2022
Sopa	Canja de galinha com pevide a)/ Sopa de Legumes com frango	
Prato	Valenciana de frango (feito com legumes); Salada	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		27/09/2022
Sopa	de Hortaliça com feijão branco / com peixe	
Prato	Massada de peixe (a,d)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
4ª Feira		28/09/2022
Sopa	Sopa de agrião / com Vitela	
Prato	Rolo de carne com arroz e salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		29/09/2022
Sopa	Feijão Verde/ com peixe	
Prato	Peixe cozido com batata, cenoura , (c,d,g); Salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
6ª Feira		30/09/2022
Sopa	de Nabijas / com vitela	
Prato	Feijoada de legumes / Feijoada (vitela, feijão e repolho)	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	

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 | |