

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana
01-09-2022 a 02-09-2022

2ª Feira	
Sopa	
Prato	
Sobremesa	
Lanche	
3ª Feira	
Sopa	
Prato	
Sobremesa	
Lanche	
4ª Feira	
Sopa	
Prato	
Sobremesa	
Lanche	
5ª Feira	
01/09/2022	
Sopa	de Espinafres
Prato	Empadão de atum a) c) d) ; Salada
Sobremesa	Fruta
Lanche	iogurte
6ª Feira	
02/09/2022	
Sopa	de Alho Francês
Prato	Bolonhesa de soja / de vitela a)
Sobremesa	Fruta
Lanche	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 | |