

Ementa Creche COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO e Lanche

Semana
05-09-2022 a 09-09-2022

2ª Feira		05/09/2022
Sopa	Canja de galinha / Sopa de Legumes com Galinha	
Prato	Salada de Frango com Massa Fusili, legumes	
Sobremesa	Fruta da época	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
3ª Feira		06/09/2022
Sopa	Creme de grão / com peixe	
Prato	Empadão de Peixe; salada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
4ª Feira		07/09/2022
Sopa	Sopa de Legumes / com vitela	
Prato	Feijoada	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	
5ª Feira		08/09/2022
Sopa	de Espinafres/ com peixe	
Prato	Pescada no forno com arroz de cenoura	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	Papa / Leite com Cereais	
6ª Feira		09/09/2022
Sopa	de Alho Francês / com peru	
Prato	Jardineira de legumes com grão /Jardineira de peru	
Sobremesa	Fruta	
Lanche	iogurte / iogurte com fruta	

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 | |