

Ementa Refeitório COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO

Semana
07-11-2022

2ª Feira		07/11/2022
Sopa	Canja de Galinha com hortelã	
Prato	Massa à bolonhesa (a); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
3ª Feira		08/11/2022
Sopa	Feijão e repolho	
Prato	Bacalhau à Brás c) d); Salada	
Sobremesa	Fruta/gelatina	
4ª Feira		09/11/2022
Sopa	Couve-flor	
Prato	Rolo de carne com esparguete	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
5ª Feira		10/11/2022
Sopa	Juliana	
Prato	Calamares à Romana com arroz de feijão a),c),d); Salada	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
6ª Feira		11/11/2022
Sopa	Couve galega	
Prato	Rancho Vegetariano/ à portuguesa	
Sobremesa	Fruta/iogurte	

A ementa pode vir a ser alterada

Informação relativa aos alergénios

- | | | |
|-----------------------|-------------------------|----------------------------------|
| a) Cereais com glúten | g) Leite | l) Dióxido de enxofre e sulfitos |
| b) Crustáceos | h) Frutos de Casca Rija | m) Moluscos |
| c) Ovos | i) Aipo | n) Tremeços |
| d)- Peixe | j) Mostarda | |
| e)- Amendoins | k) Sementes de sésamo | |
| f) Soja | | |