

Ementa Refeitório COLÉGIO QUINTA DO LAGO



ALMOÇO

Semana 31-10 a 04-11-2022

2ª Feira		31/10/2022
Sopa	Canja de galinha com massa pevide a)	
Prato	Frango estufado com massa lacinhos a)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
3ª Feira		01/11/2022
Sopa	Nabiças	
Prato	Salada de bacalhau fresco com batata, grão, cenoura e ovo c) d)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
4ª Feira		02/11/2022
Sopa	Alho Francês	
Prato	Perna de porco assada com puré g)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
5ª Feira		03/11/2022
Sopa	Espinafres com grão	
Prato	Bolonhesa de atum a)	
Sobremesa	Fruta/iogurte	
6ª Feira		04/11/2022
Sopa	Agrião	
Prato	Carne de vaca à`Lavrador	
Sobremesa	Fruta/iogurte	

A ementa pode vir a ser alterada

Informação relativa aos alergénios

- 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) Tremeços