

# Colégio de Nossa Senhora do Alto

## Ementa Semanal – 03 a 04 de Janeiro 2019

**ALERGÉNIOS  
PRESENTES NA  
REFEIÇÃO**

Segunda	SOPA		---
	PRATO	Encerrado	
	SOBREMESA		
Lanche			
Terça	SOPA		---
	PRATO	Ano novo	
	SOBREMESA		
Lanche			
Quarta	SOPA		---
	PRATO	Encerrado	
	SOBREMESA		
Lanche			
Quinta	SOPA	Creme de legumes.	---
	PRATO	Empadão de carne e salada.	Cereais com glúten
	SOBREMESA	Fruta da época.	---
Lanche	Leite branco/chocolate + papo-seco com queijo/fiambre/doce + Fruta e palitos de cenoura.		Cereais com glúten Lactícínios
Sexta	SOPA	Camponesa.	---
	PRATO	Salada de Pescada c/grão, batata, cenoura e ovo.	Peixe
	SOBREMESA	Fruta da época.	---
Lanche	Iogurte sólido + Pão caseiro c/ creme vegetal /queijo/fiambre/ + Fruta e palitos de cenoura.		Cereais com glúten Lactícínios

**Nota:** esta ementa poderá ser alterada por motivos imprevistos.

**Dietista Responsável: Ana Rita Correia**

Membro da Ordem dos Nutricionistas nº3470N