Colégio de Lourdes
100 ANOS
SANTO TIRSO

DIETA

PRÉ-ESCOLAR | 1º 2º 3º CICLO | SECUNDÁRIO

Segunda-feira

Creme de Legumes

Pescada c/ Batata Cozida

Puré de Fruta

Terça-feira

Creme de Legumes

Bife de Frango Grelhado
C/ Massa Cozida

Puré de Fruta

Quarta-feira

Creme de Legumes

Omelete c/ Arroz Branco

Puré de Fruta

Quinta-feira

Creme de Legumes

Bife de Frango Grelhado
C/ Batata Cozida

Puré de Fruta

Sexta-feira

Creme de Legumes

Atum c/ Arroz

Puré de Fruta

Por motivos de logistica e/ou fornecimento dos alimentos, e a título excecional, o menú do dia poderá alterar-se sem aviso prévio.
Esta ementa repete-se a cada 4 semanas.
As refeições apresentadas contêm, ou podem conter, os seguintes alergénios: glúten, crustáceos, ovos, peixe, amendoins, leite, frutos de casca rija, aipo, mostarda, sementes de sésamo, dióxido de enxofre e sulfitos.

NOVEMBRO 2023

Q134

Sara Raquel Almeida | Nutricionista (4789N)