

# EMENTA SEMANAL

14 a 18 de Outubro de 2024

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Lentilhas	380	91	2	0.3	1.1	0.1
	Prato	Almondégas de aves no forno, esparguete e salada de cenoura raspada	533	127	3	1	1	0.1
	Vegetariano	Hamburguer Vegetariano de cogumelos, esparguete e salada de cenoura raspada	706	169	1.1	0.1	1.3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Feijão vermelho e lombarda	206	49	2	0.3	2.0	0.2
	Prato	Jardineira de potas (pota, batata, ervilhas e cenoura)	695	166	5.0	1.1	2.0	0.1
	Vegetariano	Jardineira de legumes (repolho, ervilhas e cenoura)	601	144	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Gelatina	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Courgette	250	60	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Massa à lavrador (porco, frango, macarrão, feijão vermelho, repolho e cenoura)	897	214	9.0	1.6	2.1	0.4
	Vegetariano	Massa à lavrador Vegetariana (tofu, feijão vermelho, macarrão, repolho e cenoura)	1120	268	8.7	1.3	3.2	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	389	93	0	0	22	0.0
Quinta-feira	Sopa	Cenoura	208	50	2	0.3	2.0	0.2
	Prato	Peru assado com arroz de tomate e legumes salteados (repolho, cenoura e couraette)	737	176	7	2	2	1
	Vegetariano	Tofu assado com arroz de tomate e legumes salteados (repolho, cenoura e couraette)	453	108	3	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Abobora	515	123	2	0.4	2.1	0.1
	Prato	Filete de pescada dourado com arroz de cenoura e salada de alface	951	229	16.9	5.1	0.5	1.2
	Vegetariano	Grão de bico estufado com arroz de cenoura e salada de alface	433	104	3	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	360	86	2	0	0	0.0



Atendimento, informá-lo, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídos as restrições/reações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Passagem 73, 1150-006 Lisboa

Atención: Por favor, informe a nuestro equipo. No se excluyen las restricciones/reacciones cruzadas en el restaurante. Declaración nutricional por 100g/100ml de producto. Este establecimiento dispone de Libro de Reclamaciones ASAE Calle Rodrigo da Passagem 73, 1150-006 Lisboa

FOOD PURPOSE