

EMENTA SEMANAL



16 a 20 de Setembro 2024

Declaração nutricional 100g

Segunda-feira

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Sopa	Creme de brócolos	233	56	4	0.6	2.5	0.1
Prato	Bolonhesa de atum, cotovelinhos com legumes (ervilhas, feijão-verde e cenoura)	685	164	3.9	1.1	2.0	0.2
Vegetariano	Bolonhesa de soja fina, cotovelinhos com legumes (ervilhas, feijão-verde e cenoura)	497	119	2	0	2	0.1
Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0

Terça-Feira

Sopa	Creme de ervilhas	380	91	2	0.3	1.1	0.1
Prato	Panados de frango com arroz de tomate e salada de alface	698	167	3.2	1.1	1.4	0.2
Vegetariano	Hambúrguer vegetariano com arroz de tomate e salada de alface	716	171	10	1.5	2.0	0.2
Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0

Quarta-feira

Sopa	Feijão branco	515	123	2	0.4	2.1	0.1
Prato	Arroz de salmão com cenoura raspada	661	158	3.6	1.1	0.8	0.2
Vegetariano	Grão-de-bico estufado com arroz e cenoura raspada	444	106	1	0	2	0.1
Sobremesa	Gelatina	389	93	0	0	22	0.0

Quinta-feira

Sopa	Creme de abóbora	291	70	2	0.2	1.7	0.1
Prato	Pá de porco assada, esparguete e salada de alface e tomate	923	221	4.6	1.1	0.3	0.2
Vegetariano	Tofu assado com esparguete e salada alface e tomate	453	108	3	0	2	0.1
Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0

Sexta-feira

Sopa	Repolho	206	49	1	0.1	2.1	0.1
Prato	Massa à lavrador (macarronete, porco, frango, chouriço, repolho, cenoura e feijão vermelho)	795	190	10.4	2.2	1.6	0.1
Vegetariano	Massa à lavrador vegetariana (macarronete, feijão vermelho, seitan, repolho e cenoura)	139	33	0.3	0.1	2.7	0.3
Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0



Alergias, informe-se, que fazer, mais da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento está de Lida de Reclamações ASAE Rua Madragoa da Formosa 73, 1250-096 Lisboa.
Allergies: Please get more information with our staff. Cross-contaminations in the restaurant can not be excluded. Nutritional information presented per 100g/100ml of product. This unit is a food service unit.

FOOD PURPOSE
Eurest