

# EMENTA SEMANAL

21 a 25 de Outubro de 2024

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Coração	199	47	3	0.5	3.0	0.4
	Prato	Picadinho de carne de vaca em molho de tomate, espirais e salada de cenoura raspada	730	174	7	2	2	0
	Vegetariano	Soja em molho de tomate, espirais e salada de cenoura raspada	626	150	6	1.6	1.2	1.0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Alho frances	218	52	1	0.2	2.1	0.1
	Prato	Rojões com batata aos cubos e salada de alface e milho	656	157	4	1	0	0.2
	Vegetariano	Tofu estufado com batata aos cubos e salada de alface e milho	953	228	3.0	0.4	1.3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Ervilhas e grão	208	50	2	0.3	2.0	0.2
	Prato	Filete de pescada com molho de cenoura, arroz branco e salada de cenoura raspada e coução	490	117	5	1.6	0.8	0.4
	Vegetariano	Cogumelos estufados, arroz branco com cenoura raspada e coração	366	88	2	0.7	1.2	0.6
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	Feijão branco e repolho	199	47	3	0.5	3.0	0.4
	Prato	Jardineira de aves (frango, peru, chouriço, batata) e salada de alface	687	164	3.0	0.3	0.7	0.3
	Vegetariano	Tofu estufado com batata e salada de alface	632	151	4.0	0.1	3.6	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	239	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Macedónia	485	116	2.2	0.3	2.1	0.1
	Prato	Arroz de salmão com salada de cenoura raspada e coração	625	149	2.0	0.3	0.4	0.3
	Vegetariano	Feijão vermelho com molho de tomate, arroz, cenoura raspada e coração	271	65	1	0.1	1.9	0.1
	Sobremesa	Gelatina	238	57	0	0	13	0.0



Atenção: Informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto e este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1.º/2.º andar Lisboa

Attention: Please refer to our staff members for any staff. Cross-contaminations in the restaurant can not be excluded. Nutritional information presented per 100g/100ml of product and this establishment has a Complaint Book ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1.º/2.º andar Lisboa

FOOD  
PURPOSE