

# EMENTA SEMANAL



18 a 22 de Novembro de 2024

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	Creme de brócolos		233	56	4	0.6	2.5	0.1
	Prato	Bolonhesa de novilho com cotovelinhos e salada de alface e couve roxa		685	164	3.9	1.1	2.0	0.2
	Vegetariano	Bolonhesa de soja com cotovelinhos e salada de alface e couve roxa		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	Arroz de salmão com courgette, cenoura e feijão verde		698	167	3.2	1.1	1.4	0.2
	Vegetariano	Arroz de salsichas vegetarianas com courgette, cenoura e feijão verde		716	171	10	1.5	2.0	0.2
	Sobremesa	Gelatina		238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Abobora		515	123	2	0.4	2.1	0.1
	Prato	Jardineira de carnes (porco, frango, batata, cenoura e ervilhas)		661	158	3.6	1.1	0.8	0.2
	Vegetariano	Jardineira vegetariana (soja, batata, cenoura e ervilhas)		444	106	1	0	2	0.1
	Sobremesa	Gelatina		389	93	0	0	22	0.0
Quinta-feira	Sopa	Feijão branco		291	70	2	0.2	1.7	0.1
	Prato	Tintureira frita com arroz de tomate e salada de alface e milho		923	221	4.6	1.1	0.3	0.2
	Vegetariano	Rissóis vegetarianos com arroz de tomate e salada de alface e milho		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	Perna de peru no forno fatiada, esparguete e salada de cenoura raspada e couve roxa		795	190	10.4	2.2	1.6	0.1
	Vegetariano	Seitan no forno com molho de laranja, esparguete e salada de cenoura raspada e couve roxa		139	33	0.3	0.1	2.7	0.3
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0



Atenção, informe-se, que deve, mais da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g (100ml de molhos). Este estabelecimento está inscrito na Base de Dados de Reclamações ASAE Base Nacional de Foneças 73, 1250-096 Lisboa.  
 Attention: Please get more information with our staff. Cross contaminations in the restaurant can not be excluded. Nutritional information presented per 100g (100ml of sauces). This establishment is registered in the National Base of Foneças 73, 1250-096 Lisboa.