

EMENTA SEMANAL

4 a 8 Novembro de 2024

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Grão-de-bico	380	91	2	0.3	1.1	0.1
	Prato	Barrinhas de pescada com arroz de cenoura e salada de alface e milho	685	164	3.9	1.1	2.0	0.2
	Vegetariano	Rissóis vegetarianos com arroz de cenoura e salada de alface e milho	497	119	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Creme de espinafres	422	101	1.3	0.2	2.0	0.1
	Prato	Febras de porco com molho de tomate, esparguete salteada e salada de cenoura raspada e pepino	611	146	5.2	1.2	1.8	0.2
	Vegetariano	Seitan com molho de tomate, esparguete salteada e salada de cenoura raspada e pepino	583	139	2.3	0.3	1.3	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Repolho	485	116	2	0.3	2.1	0.1
	Prato	Bacalhau à Gomes de Sá (bacalhau fresco, ovo, batata cozida) com legumes salteados (cenoura e courgette)	644	154	1.9	0.2	0.6	0.3
	Vegetariano	Tofú no forno com molho de cenoura, arroz branco e salada de alface beterraba e tomate	457	109	4.2	1.4	1.9	0.2
	Sobremesa	Gelatina	360	86	2	0	0	0.0
Quinta-feira	Sopa	Creme de legumes	236	56	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Massa à lavrador (vaca, frango, feijão vermelho, macarronete, repolho, lombarda e cenoura)	656	157	3.6	0.9	0.4	0.2
	Vegetariano	Massa à lavrador vegetariana (cogumelos, feijão vermelho, macarronete, repolho, lombarda e cenoura)	394	94	2	0	3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Couve coração	226	54	1	0.2	2.1	0.1
	Prato	Filete de pescada no forno com molho de cenoura, arroz branco e salada de alface beterraba e tomate	990	237	9	3.0	1.5	0.3
	Vegetariano	Estufado de lentilhas com pimento, batata cozida e legumes salteados (cenoura e courgette)	953	228	3.0	0.4	1.3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0



Alergias, intolerâncias, dietas, ou outros tipos de restrições dietéticas não poderão ser excluídas as restaurações criadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g (100ml) de produto. Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigues da Fonseca 71, 4290-066 Lisboa

Eurest PURPOSE