

EMENTA SEMANAL



2 a 6 de Junho

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Abóbora com massinhas					
		623	149	4	0,5	2,2	0,2
	Prato	Pizza de queijo e fiambre					
		1055	252	8	2,4	0,1	1,4
	Vegetariano	Pizza de legumes (ervilha, milho, pimento e azeitona)					
		486	116	7	2,1	2,7	0,8
	Acompanhamento	Tomate, cenoura e milho					
		70	17	0,3	0,1	1,7	0
	Sobremesa	Fruta da época/Mousse de chocolate					
		1 164	278	13	6	30	0
Terça-Feira	Sopa	Alho francês					
		202	48	1	0,1	1,8	0,1
	Prato	Empadão de frango (frango estufado e desfiado em molho de tomate com cenoura ralada e puré de batata)					
		846	202	5	1	0,8	0,2
	Vegetariano	Empadão de lentilhas (batata, cogumelos, lentilhas, alho francês, cenoura e brócolos)					
		690	165	3	0,3	2,3	0,2
	Acompanhamento	Alface, tomate e cebola					
		71	17	0,2	0	2,5	0
	Sobremesa	Laranja					
		238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	Sopa	Feijão vermelho com repolho					
		205	49	1	0,2	1,9	0,1
	Prato	Lombinhos de salmão no forno com arroz de salsa					
		538	128	2	0,3	0,8	0,3
	Vegetariano	Bifes de tofu de cebolada com arroz e salsa					
		818	196	4	0,4	1,8	0
	Acompanhamento	Feijão-verde, couve-flor, e cenoura baby					
		240	57	1,6	1,6	2,4	0,3
	Sobremesa	Banana					
		238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Couve branca com cenoura ripada					
		223	53	2	0,3	2,1	0,2
	Prato	Bifinhos de porco estufados com cogumelos e esparguete					
		821	196	14	3	1,5	0,5
	Vegetariano	Bolonha de soja com espinafres					
		878	210	8	1,1	4	0,2
	Acompanhamento	Alface, tomate e pepino					
		226	54	1,2	0,2	2,1	0,1
	Sobremesa	Maçã					
		238	57	0	0	13	0
Sexta-feira	Sopa	Nabiças					
		202	48	2	0,3	2	0,1
	Prato	Meia desfeita de bacalhau (migas de bacalhau, batata aos quartos, ovo cozido, grão e salsa)					
		632	151	2,9	0,4	0,9	0,1
	Vegetariano	Salada de grão de bico com batata aos quartos, couve lombarda e cenoura					
		472	113	1,7	0,2	1,1	2
	Acompanhamento	Couve lombarda, cenoura e cebola					
		47	11	0,2	0	1,2	0
	Sobremesa	Melão					
		238	57	0	0	13	0

Sobremesa sujeita a alteração, para uma boa gestão de maturação da fruta da época, e redução do desperdício alimentar. | Alergénios, informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. | Declaração nutricional por 100g/100ml de produto | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa | Dessert subject to change, for good management of the ripening of seasonal fruit, and reduction of food waste. | Allergens: 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 establishment has complaints book.