

EMENTA SEMANAL



23 a 27 de Junho

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Brócolos					
		226	54	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Arroz de atum com cenoura e milho					
		782	187	8	1	1	0,4
	Vegetariano	Estufado de lentilhas com arroz de cenoura					
Terça-Feira	Acompanhamento	Alface, tomate e cebola					
		394	94	2	0	3	0,1
	Sobremesa	Ameixa					
		71	17	0,2	0	2,5	0
		238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	Sopa	0					
		0					
	Prato	0					
		0					
	Vegetariano	0					
Quinta-feira	Acompanhamento	0					
		0					
	Sobremesa	0					
		0					
		0					
Sexta-feira	Sopa	Agrião					
		250	60	1	0,2	1,6	0,1
	Prato	Tirinhas de peru estufadas com feijão vermelho e macarronete					
		727	174	4,4	1,2	0,9	0,2
	Vegetariano	Courgette grelhada com massa de feijão					
Sexta-feira	Acompanhamento	Courgette grelhada com massa de feijão					
		646	154	4	1,3	1,3	0,2
	Sobremesa	Alface, cenoura ralada e couve roxa					
		70	17	0	0	3	0,1
		238	57	0	0	13	0
Sexta-feira	Sopa	Creme de abóbora com ervilhas					
		442	106	2	0,3	2	0,1
	Prato	Panadinhos de pescada no forno com arroz de cenoura					
		376	90	2,1	0,3	1	0,2
	Vegetariano	Croquetes de grão com arroz de cenoura					
Sexta-feira	Acompanhamento	Croquetes de grão com arroz de cenoura					
		420	100	2,8	0,6	1,1	0,2
	Sobremesa	Alface, pepino e beterraba					
		230	55	1,4	0,2	2	0,1
		238	57	0	0	13	0
Sexta-feira	Sopa	Couve portuguesa					
		257	61	5	0,7	2,7	0,3
	Prato	Lombo de porco assado com alecrim e laranja acompanhado com esparguete					
		765	183	6	1,2	1,1	0,3
	Vegetariano	Massada vegetariana (esparguete com soja, ervilhas, pimentos, tomate e cenoura)					
Sexta-feira	Acompanhamento	Massada vegetariana (esparguete com soja, ervilhas, pimentos, tomate e cenoura)					
		619	148	0,3	0,1	1,9	0,2
	Sobremesa	Alface, beterraba e pepino					
		78	19	0	0	3,8	0,2
		238 / 389	57 / 93	0 / 0	0 / 0	13 / 22	0 / 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.