

EMENTA SEMANAL

21 a 25 de Julho

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	Aç. Sat g	Açúç g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Creme de abóbora com ervilhas e manjeriço	225	54	1	0,2	1,6	0,1
	Prato	Barrinhas de pescada panadas no forno com arroz de tomate	755	180	6,6	0,8	1,2	0,8
	Vegetariano	Croquetes vegetarianos de grão-de-bico com arroz de tomate	677	162	4	1	2	0,4
	Acompanhamento	Alface, pepino e beterraba	91	22	1,0	0,2	1,6	0,4
	Sobremesa	Maçã	238	57	0	0	13	0
Terça-Feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0,2	1,8	0,1
	Prato	Empadão de frango (frango estufado e desfiado em molho de tomate com cenoura ralada e puré de batata)	820	196	4	1	1	0,2
	Vegetariano	Empadão de lentilhas (batata, cogumelos, lentilhas, alho francês, cenoura e brócolos)	408	98	2,6	0,5	1,5	0,2
	Acompanhamento	Alface, tomate e cebola	71	17	0,2	0,0	2,5	0,0
	Sobremesa	Ameixa	238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	Sopa	Feijão vermelho com repolho	403	96	1	0,2	2,3	0,1
	Prato	Lombinhos de salmão no forno com arroz de salsa	808	193	11	2	1	0
	Vegetariano	Bifes de tofu de cebolada com arroz e salsa	433	104	3	0,4	2,0	0,1
	Acompanhamento	Feijão-verde, couve-flor, e cenoura baby	110	26	0,3	0,1	2,8	0,4
	Sobremesa	Fruta da época/Gelatina	238/ 676	57/ 161	0/ 6,8	0/ 2,3	13/ 18,5	0
Quinta-feira	Sopa	Couve branca com cenoura ripada	215	51	1	0,1	2,1	0,1
	Prato	Bifinhos de porco estufados com cogumelos e esparguete	660	158	4,6	1,0	1,7	0,2
	Vegetariano	Bolonhesa de soja com espinafres	497	119	2	0,2	2,1	0,1
	Acompanhamento	Alface, tomate e pepino	74	18	0,3	0,0	2,0	0,1
	Sobremesa	Melo	238	57	0	0	13	0,0
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	Pera	238	57	0	0	13	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.