



SEMANA de 8 a 12 de dezembro

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa							
	Prato							
	Vegetariano							
	Acompanhamento							
	Sobremesa							
3F	Sopa	Creme de abóbora com ervilhas e manjerição	225	54	1	0,2	1,6	0,1
	Prato	Filetes de pescada panados no forno com arroz de tomate	797	191	7	1	1	0,4
	Vegetariano	Croquetes de vegetarianos de grão-de-bico e alheira com arroz de tomate	677	162	4	0,8	2,0	0,4
	Acompanhamento	Alface, pepino e beterraba	91	22	1,0	0,2	1,6	0,4
	Sobremesa	Maçã	238	57	0	0	13	0,0
4F	Sopa	Alho Francês	501	120	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Empadão de frango (frango desfiado e estufado 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	3	0,5	1,5	0,2
	Acompanhamento	Alface, tomate e couve roxa	71	17	0	0	2	0
	Sobremesa	Laranja	238	57	0	0	13	0,0
5F	Sopa	Feijão vermelho com repolho	403	96	1	0	2	0
	Prato	Arroz de atum com cenoura e milho	649	155	2	0,8	1,7	0,1
	Vegetariano	Bifes de tofu de cebolada com arroz de salsa	433	104	3	0,4	2,0	0,1
	Acompanhamento	feijão verde, couve flor e cenoura baby	110	26	0	0	3	0
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina	238 / 389	57 / 93	0 / 0	0 / 0	13 / 22	0 / 0
6F	Sopa	Couve branca com cenoura ripada	230	55	1	0,1	1,7	0,1
	Prato	Bifinhos de porco estufados com cogumelos e esparguete	660	158	5	1	2	0,2
	Vegetariano	Bolonhesa de soja	497	119	2	0,2	2,1	0,1
	Acompanhamento	Alface, tomate e pepino	74	18	0	0	2	0
	Sobremesa	Clementina	238	57	0	0	13	0,0

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alergénios:** Por favor, informe-se junto da nossa Equipa. Não é possível excluir o risco de contaminação cruzada neste restaurante. **Declaração nutricional** apresentada por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento dispõe de **Livro de Reclamações**. ASAE: Rua Rodrigo da Fonseca, 73 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.