

SEMANA 09 a 13 de Fevereiro

			Energi a	Energi a	Lípido s	Satura dos	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	<b>Sopa</b>	Creme de abóbora com ervilhas e manjeriço	273	65	1	0,2	1,7	0,1
	<b>Prato</b>	Filete de pescada panado no forno com arroz de tomate	649	155	4,9	0,9	0,5	0,3
		Croquetes vegetarianos de grão-de-bico com arroz de tomate	636	152	4	0,9	1,4	0,4
	<b>Vegetariano</b>	Alface, pepino e beterraba	70	17	0	0	2	0
	<b>Acompanham</b>	Laranja	238	57	0,4	0,1	13	0,015
3F	<b>Sopa</b>	Alho francês	274	65	1	0,2	2,0	0,0
	<b>Prato</b>	Empadão de frango (frango estufado e desfiado em molho de tomate com cenoura ralada e puré de batata)	511	122	4	2	1	0,1
		Empadão de lentilhas (batata, cogumelos, lentilhas, alho francês, cenoura e brócolos)	408	98	3	0,5	1,5	0,2
	<b>Vegetariano</b>	Alface, tomate e cebola	71	17	0,2	0,2	2,5	0,0
	<b>Acompanham</b>	Maçã	238	57	0	0	13	0,0
4F	<b>Sopa</b>	Feijão vermelho com repolho	378	90	1	0,2	2,0	0,1
	<b>Prato</b>	Lombinhos de salmão no forno com arroz de salsa	968	231	12	2	1	0,2
		Bifes de tofu de cebolada com arroz e salsa	452	108	3	0,4	1,3	0,2
	<b>Vegetariano</b>	Feijão-verde, couve-flor, e cenoura baby	230	55	1	0	2	0
	<b>Acompanham</b>	Clementina	238	57	0	0	13	0,0
5F	<b>Sopa</b>	Couve branca com cenoura ripada	213	51	1	0	2	0
	<b>Prato</b>	Bifinhos de porco estufados com cogumelos e esparguete	750	179	4	0	1	0,2
		Bolonhesa de soja com espinafres	1097	262	3	0,3	2,4	0,2
	<b>Vegetariano</b>	Alface, tomate e pepino	71	17	0	0	3	0
	<b>Acompanham</b>	Kiwi	238	56,88	0,4	0,1	13	0,015
6F	<b>Sopa</b>	Creme aveludado de cogumelos	230	55	4	0,6	2,3	0,1
	<b>Prato</b>	Feijoada à brasileira com arroz branco	807	193	13	2,6	1,9	0,5
		Feijoada vegetariana (feijão-preto, couve-lombarda e cenoura) com arroz branco	893	213	8	1,1	4,2	0,1
	<b>Vegetariano</b>	Couve mineira com farofa	168	40	3	0	3	0
	<b>Acompanham</b>	Gelatina com fruta	304	73	0	0	17	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.