

SEMANA 23 a 27 de Fevereiro

			Energi a	Energi a	Lípido s	Satura dos	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	<b>Sopa</b>	Feijão-verde	209	50	1	0,2	1,9	0,1
	<b>Prato</b>	Almôndegas de aves estufadas em molho de tomate	666	159	2,0	0,4	1,6	0,2
		com esparquete						
	<b>Vegetariano</b>	Almôndegas de soja estufadas em molho de tomate com esparquete	739	177	4	0,7	2,4	0,2
	<b>Acompanham</b>	Alface, beterraba e pepino	70	17	0	0	2	0
<b>Sobremesa</b>	Clementina	238	57	0,4	0,1	13	0	
3F	<b>Sopa</b>	Feijão-frade com nabiças	515	123	2	0,4	2,1	0,1
	<b>Prato</b>	Tranches de salmão no forno aromatizado com limão e manjeriço e batata assada	618	148	9	2	1	0,1
	<b>Vegetariano</b>	Seitan de cebolada com batata assada	690	165	3	0,3	2,3	0,2
	<b>Acompanham</b>	Feijão-verde, cenoura baby e couve-flor	230	55	1,0	0,0	2,0	0,0
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época / Gelatina	238 / 389	57 / 92,97	0,4 / 0,1	0,1 / 0	13 / 22	0 / 0	
4F	<b>Sopa</b>	Alho francês	274	65	1	0,2	2,0	0,0
	<b>Prato</b>	Rancho (carne de porco e vaca aos cubos, macarronete e grão-de-bico)	749	179	4	1	2	0,1
	<b>Vegetariano</b>	Rancho vegetariano (couve-lombarda, cenoura e cebola estufados com macarronete e grão-de-bico)	595	142	2	0,2	1,8	0,3
	<b>Acompanham</b>	Couve-lombarda, cenoura e cebola	98	23	0	1	4	0
<b>Sobremesa</b>	Laranja	238	57	0	0	13	0,0	
5F	<b>Sopa</b>	Caldo verde	333	80	1	0	2	0
	<b>Prato</b>	Bacalhau à Brás (Migas de bacalhau, batata aos cubos, ovo e salsa picada)	675	161	7	1	4	1,4
	<b>Vegetariano</b>	Legumes à Brás (alho francês, cebola, cenoura, cogumelos, feijão branco, batata aos cubos e salsa)	618	148	7	1,0	5,5	0,0
	<b>Acompanham</b>	Alface, couve roxa e milho	226	54	1	0	2	0
<b>Sobremesa</b>	Maçã	238	57	0,4	0,1	13	0	
6F	<b>Sopa</b>	Creme de couve-flor e cenoura	234	56	1	0,2	2,0	0,1
	<b>Prato</b>	Frango Assado no forno com tomilho e arroz de ervilhas	857	205	3	1	1	0,2
	<b>Vegetariano</b>	Arroz de ervilhas com legumes mediterrânicos assados (beringela, curgete, cenoura e tomate)	653	156	10	3,3	1,0	0,4
	<b>Acompanham</b>	Rúcula, tomate e cenoura ralada	66	16	0	0	2	0
<b>Sobremesa</b>	Banana	238	57	0	0	13	0	

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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**.