



SEMANA 27 a 30 de abril

			Energi a	Energi a	Lípido s	Satura dos	Açúca r	Sal (g)
2F	Sopa	Creme de cenoura com coentros	225	54	1	0,2	1,6	0,1
	Prato	Panados de frango no forno com massa espiral	1253	299	9,0	1,6	0,6	0,3
	Vegetariano	Hamburguer de grão e batata doce com massa espiral	852	204	8	1,6	1,8	2,4
	Acompanhamento	Alface, tomate e cebola	71	17	0	0	2	0
	Sobremesa	Kiwi	238	57	0,4	0,1	13	0
3F	Sopa	Canja/ Creme de favas	640/ 250	153/ 60	5 / 1.1	1 / 0.2	1 / 1.7	0 / 0
	Prato	Filete de red fish com farinha de milho e arroz de feijão	472	113	2	0	1	0,4
	Vegetariano	Feijoada vegetariana (Feijão-branco, couve-lombarda e cenoura) com arroz branco	345	83	2	0,2	2,1	0,1
	Acompanhamento	Cenoura, couve-lombarda e pimento	140	33	0,4	0,1	2,4	0,3
	Sobremesa	Pera	238	57	0	0	13	0
4F	Sopa	Nabo com curgete	111	26	2	0,3	1,8	0,1
	Prato	Esparguete à bolonhesa (carne de vaca picada estufada em molho de tomate e cenoura ralada)	986	236	9	3	2	0,2
	Vegetariano	Esparguete salteada com lentilhas, feijão-verde, ervilha e cenoura	1099	263	3	0,5	2,5	0,0
	Acompanhamento	Alface, beterraba e tomate	71	17	0	0	3	0
	Sobremesa	Laranja	238	57	0	0	13	0,0
5F	Sopa	Feijão manteiga com couve-coração	271	65	1	0	2	0
	Prato	Lombinhos de linguado no forno aromatizados com limão e manjerição e batata assada	369	88	1	0	1	0,2
	Vegetariano	Seitan assado no forno com limão e manjerição e batata assada	517	124	2	0,3	1,1	0,1
	Acompanhamento	Brócolos, couve-flor e cenoura-baby	107	26	1	0	2	0
	Sobremesa	Fruta da época/ Gelatina	238/ 389	57/ 92,97	0,4 / 0,1	0,1 / 0	13 / 22	0 / 0
6F	Sopa							
	Prato							
	Vegetariano							
	Acompanhamento							
	Sobremesa							

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**.