

EMENTA SEMANAL



29 de Setembro a 3 de Outubro

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0,2	1,8	0,1
	Prato	Bolonhesa de atum	685	164	3,9	1,1	2,0	0,2
	Vegetariano	Bolonhesa de soja	433	104	3	0	2	0,1
	Legumes	Couve-roxa, couve-coração e cenoura	99	24	0	0	4	0,2
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
Terça-Feira	Sopa	Couve-flor	242	58	1	0,2	1,6	0,1
	Prato	Jardineira de frango (frango, batata, ervilhas, cenoura e feijão-verde)	368	88	3	1	2	0,1
	Vegetariano	Jardineira de legumes (batata, ervilhas, cenoura e feijão-verde)	139	33	0,3	0,1	2,7	0,3
	Legumes	Incorporados(ervilhas, cenoura e feijão-verde)						
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0,0
Quarta-feira	Sopa	Feijão manteiga e curgete	341	81	1	0,1	1,9	0,1
	Prato	Lombinhos de pescada estufados em molho de tomate e arroz branco	500	120	2,7	0,3	1,3	0,1
	Vegetariano	Cubos de seitan estufados em molho de tomate e arroz branco	468	111	3	0	2	0,1
	Legumes	Beterraba, pepino e cebola	78	19	0,0	0,0	3,8	0,2
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0,0
Quinta-feira	Sopa	Creme de couve-coração	246	59	1	0,2	2,0	0,1
	Prato	Pá de porco assada com massa macarronete	755	181	4,1	1,0	1,3	0,2
	Vegetariano	Tofú estufado com legumes e massa macarronete	453	108	3	0	2	0,1
	Legumes	Alface, cenoura e milho	99	24	0	0	4	0,2
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0,0
Sexta-feira	Sopa	Grão-de-bico e cenoura	545	130	3	0,3	2,0	1,0
	Prato	Douradinhos no forno com arroz de legumes couve lombarda, cenoura e ervilhas)	797	191	7	1,3	1,0	0,4
	Vegetariano	Hambúrguer vegetariano no forno com arroz de legumes couve lombarda, cenoura e ervilhas)	703	168	6,0	1,7	1,3	0,2
	Legumes	Incorporados(couve lombarda, cenoura e ervilhas)						
	Sobremesa	Fruta da época/Doce	238 / 590	57 / 141	0 / 5	0 / 2	13 / 14	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.