SEMANA De 2 a 6 de Novembro de 2026

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	**Sopa**	Creme de legumes	210	50	1	0	2	0
	Prato Principal	Ovos mexidos com delícias do mar e arroz de legumes (ervilha, cenoura e feijão verde)	857	205	3	1	1	0
	Vegetariano	Ovos mexidos com cogumelos e arroz de legumes (ervilha, cenoura e feijão verde)	657	157	7	2	1	0
	Legumes	Incorporados (ervilha, cenoura e feijão verde)						
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
3F	**Sopa**	Brócolos	254	61	1	0	2	0
	Prato Principal	Frango estufado com cenoura, puré de batata	587	140	4	1	1	0
	Vegetariano	Cubos de seitan estufados com cenoura, puré de batata	355	85	2	1	2	0
	Legumes	Alface, couve roxa e tomate	50	12	0	0	1	0
	Sobremesa	Fruta da época/Doce	238	57	0	0	13	0
4F	**Sopa**	Feijão manteiga e curgete	271	65	1	0	2	0
	Prato Principal	Filete de pescada dourado no forno, massa cotovelinhos guisada	677	162	3	1	2	0
	Vegetariano	Tofu dourado no forno, massa cotovelinhos guisada	355	85	2	1	2	0
	Legumes	Incorporados (Milho, cenoura e ervilhas)						
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
5F	**Sopa**	Creme de cenoura	279	67	1	0	2	0
	Prato Principal	Chili de carne de bovino e soja, arroz	779	186	10	3	1	3
	Vegetariano	Chili de soja, arroz	807	193	7	1	1	4
	Legumes	Pepino, alface, cenoura	50	12	0	0	1	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
6F	**Sopa**	Alho francês	218	52	1	0	2	0
	Prato Principal	Bolonhesa de salmão	795	190	10	2	2	-
	Vegetariano	Bolonhesa de lentilhas	498	119	9	2	2	0
	Legumes	Feijão verde, brócolo e coração	77	19	0	0	3	0
	Sobremesa	Fruta da época	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. **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**.