



SEMANA De 5 a 9 de Outubro de 2026

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa		0					
	Prato Principal		0					
	Vegetariano	Feriado						
	Legumes		0					
	Sobremesa		0					
3F	Sopa	Creme de legumes	236	56	1	0	2	0
	Prato Principal	Empadão de arroz de cavala (arroz, cavala, ervilhas, cenoura e milho)	661	158	4	1	1	0
	Vegetariano	Arroz de lentilhas colorido (arroz, lentilhas, ervilha, cenoura e milho)	498	119	9	2	2	0
	Legumes	Incorporados (ervilha, cenoura e milho)						
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
4F	Sopa	Brócolos	254	61	1	0	2	0
	Prato Principal	Ovos mexidos com fiambre e macarronete de legumes (feijão-verde,pimento e cenoura)	857	205	3	1	1	0
	Vegetariano	Ovos mexidos e macarronete de legumes (feijão-verde, pimento e cenoura)	657	157	7	2	1	0
	Legumes	Incorporados (feijão-verde, pimento e cenoura)						
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
5F	Sopa	Creme de cenoura	279	67	1	0	2	0
	Prato Principal	Filete de pescada dourado no forno com arroz de ervilhas	647	155	2	0	1	0
	Vegetariano	Tofu no forno com arroz de ervilhas	355	85	2	1	2	0
	Legumes	Tomate, pepino e cebola	50	12	0	0	1	0
	Sobremesa	Fruta da época/Doce	238	57	0	0	13	0
6F	Sopa	Couve flor	242	58	1	0	2	0
	Prato Principal	Perninha de frango no forno com esparguete	749	179	5	1	1	0
	Vegetariano	Cubos de soja estufados com massa esparguete	497	119	2	0	2	0
	Legumes	Couve de bruxelas, couve roxa e couve branca	50	12	0	0	1	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. **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**.