SEMANA **De 9 a 13 de Novembro de 2026**

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	**Sopa**	Couve coração	202	48	1	0	2	0
	Prato Principal	Massada de atum	685	164	4	1	2	0
	Vegetariano	Estufado de cogumelos e ervilhas	497	119	2	0	2	0
	Legumes	Incorporados (milho, cenoura, ervilha)						
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
3F	**Sopa**	Feijão verde	218	52	1	0	2	0
	Prato Principal	Lombo de porco no forno, arroz de cenoura	587	140	4	1	1	0
	Vegetariano	Tofu no forno, arroz de cenoura	464	111	3	0	1	0
	Legumes	Pepino, tomate e couve roxa	50	12	0	0	1	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
4F	**Sopa**	Espinafres e grão de bico	247	59	5	1	1	0
	Prato Principal	Peixe à Brás (pescada e paloco)	661	158	4	1	1	0
	Vegetariano	Legumes à Brás	498	119	9	2	2	0
	Legumes	Alface, cenoura e rúcula	50	12	0	0	1	0
	Sobremesa	Fruta da época / Doce	238	57	0	0	13	0
5F	**Sopa**	Abóbora	242	58	1	0	2	0
	Prato Principal	Feijoada Brasileira(feijão preto, frango, porco)	682	163	10	4	1	0
	Vegetariano	Feijoada de soja	572	137	1	0	2	1
	Legumes	Tomate, beterraba e cenoura	70	17	0	0	2	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
6F	**Sopa**	Lentilhas	242	58	1	0	2	0
	Prato Principal	Tranche de pescada com farinha de milho, massa salteada em azeite e oregãos	677	162	3	1	2	0
	Vegetariano	Massa de lentilhas com legumes incorporados	500	119	3	0	1	0
	Legumes	Incorporados (feijão verde, curgete e coração)						
	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**.