



SEMANA De 19 a 23 de Outubro de 2026

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa	Creme de abóbora	210	50	1	0	2	0
	Prato Principal	Esparguete à Bolonhesa (massa esparguete, carne de vaca picada, soja, molho de tomate)	516	123	3	1	1	0
	Vegetariano	Bolonhesa de soja (massa esparguete, soja, molho de tomate)	498	119	9	2	2	0
	Legumes	Couve roxa, milho e tomate	50	12	0	0	1	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
3F	Sopa	Grão-de-bico com couve-lombarda	271	65	1	0	2	0
	Prato Principal	Salada de feijão frade com atum e ovo cozido, arroz branco	662	158	2	0	1	0
	Vegetariano	Salada de feijão frade com ovo cozido, arroz branco	540	129	2	0	1	0
	Legumes	Alface, cebola e beterraba	25	6	0	1	0	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
4F	Sopa	Brócolos	254	61	1	0	2	0
	Prato Principal	Frango estufado com ervilhas, cenoura e feijão verde, puré de batata	749	179	5	1	1	0
	Vegetariano	Tofu estufado com ervilhas, cenoura e feijão verde, puré de batata	433	104	3	0	2	0
	Legumes	Incorporados (ervilha, cenoura e feijão verde)						
	Sobremesa	Fruta da época	238,0	56,9	0,4	0,1	13,0	0,0
5F	Sopa	Couve-flor	242	58	1	0	2	0
	Prato Principal	Filete de solha panado em farinha de milho com massa	677	162	3	1	2	0
	Vegetariano	Massa guisada com lentilhas	500	119	3	0	1	0
	Legumes	Alface, tomate, couve roxa	25	6	0	1	0	0
	Sobremesa	Fruta da época/Doce	238	57	0	0	13	0
6F	Sopa	Creme de curgete	113	27	1	0	2	0
	Prato Principal	Feijoada (frango, porco, feijão, couve lombarda, couve coração e cenoura) com arroz branco	682	163	10	4	1	0
	Vegetariano	Feijoada vegetariana(feijão, couve lombarda, couve coração e cenoura) com arroz branco	572	137	1	0	2	1
	Legumes	Incorporados (couve lombarda, couve coração e cenoura)						
	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**.