

EMENTA SEMANAL



Declaração nutricional 100g

Semana de 25 a 29 de Novembro de 2024

		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	Bife de frango panado no forno, massa esparguete guisada com tomate e salada de tomate, pepino e milho		841	201	6,4	1,2	0,9	0,3
	Sobremesa	Laranja/Pera/Maçã		238	57	0	0	13	0,0
Terça-Feira	Sopa	Couve flor		242	58	1	0,2	1,6	0,1
	Prato	Medalhões de pescada no forno com pimento vermelho e salsa, arroz branco e legumes salteados (feijão verde, cenoura e brócolos)		793	190	5	1	0	0,2
	Sobremesa	Maçã/Pera/Laranja		238	57	0	0	13	0,0
Quarta-feira	Sopa	Cenoura		199	47	3	0,5	3,0	0,4
	Prato	Rojões de porco no tacho com pickes e batata, salada de alface, beterraba e couve roxa)		937	224	3,0	0,4	0,9	0,2
	Sobremesa	Banana/Laranja/Maçã		238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Creme de curgete		189	45	1	0,2	2,0	0,1
	Prato	Filete de bacalhau no forno com manjerição, arroz de feijão catarino e salada de cenoura, pepino e pimento		343	82	0,3	0,2	1,8	0,1
	Sobremesa	Aletria/Gelatina/Pera		676/ 389/ 238	161/ 93/ 57	7/0/0	2/0/0	19/ 22/ 13	0/ 0/ 0/0
Sexta-feira	Sopa	Couve coração e feijão catarino		403	96	1	0,2	2,3	0,1
	Prato	Cubos de carne de porco e vaca estufados com massa macarronete e curgete, cenoura e couve branca		695	166	5	1	2	0,1
	Sobremesa	Pera/Banana/Kiwi		238	57	0	0	13	0,0

Sobremesa sujeito 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 do 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 avoided. | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

EMENTA SEMANAL



Declaração nutricional 100g

Semana de 25 a 29 de Novembro de 2024 - Ementa Ovolactovegetariana

			VE Kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúç g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0,2	1,8	0,1
	Prato	Tiras de seitan panadas no forno, massa esparguete guisada com tomate e salada de tomate, pepino e milho	819	196	6,1	1,1	0,8	0,1
	Sobremesa	Laranja/Pera/Maçã	238	57	0	0	13	0,0
Terça-Feira	Sopa	Couve flor	242	58	1	0,2	1,6	0,1
	Prato	Hamburguer de vegetais no forno,, arroz branco e legumes salteados (feijão verde, cenoura e brócolos)	626	150	6	2	1	1,0
	Sobremesa	Maçã/Pera/Laranja	238	57	0	0	13	0,0
Quarta-feira	Sopa	Cenoura	199	47	3	0,5	3,0	0,4
	Prato	Rojões de soja no tacho com pickes e batata, salada de alface, beterraba e couve roxa)	642	153	1,8	0,2	1,2	0,0
	Sobremesa	Banana/Laranja/Maçã	238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Creme de curgete	189	45	1	0,2	2,0	0,1
	Prato	Tofu no forno com manjeriçã, arroz de feijão catarino e salada de cenoura, pepino e pimento	540	129	1,8	0,3	0,6	0,2
	Sobremesa	Aletria/Gelatina/Pera	676/ 389/ 238	161/ 93/ 57	7/0/0	2/0/0	19/ 22/13	0/ 0/0
Sexta-feira	Sopa	Couve coração e feijão catarino	403	96	1	0,2	2,3	0,1
	Prato	Cubos de soja estufados com massa macarronete e curgete, cenoura e couve branca	690	165	3	0	2	0,2
	Sobremesa	Pera/Banana/Kiwi	238	57	0	0	13	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 avoided. | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.