

EMENTA SEMANAL



Declaração nutricional 100g

Semana de 21 a 25 de Outubro de 2024

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açú g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Espinafres	223	53	2,0	0,3	2,1	0,2
	Prato	Argolas de pota panadas no forno com arroz de tomate e salada de alface, pepino e cenoura	566	135	2,8	0,3	0,7	0,4
	Sobremesa	Pera/Maçã/Laranja	238	57	0	0	13	0,0
Terça-Feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0,2	1,8	0,1
	Prato	Perú assado com laranja, batata salteada aos cubos com salsa e salada de alface, milho e couve roxa	457	109	3	1	1	0
	Sobremesa	Laranja/Banana/Kiwi	238	57	0	0	13	0,0
Quarta-feira	Sopa	Creme de curgete e espargos	92	22	1	0,2	2,2	0,1
	Prato	Tranche de pescada no forno com cebolada, arroz de cenoura e legumes (brócolos, couve flor e cenoura)	555	133	3	0	1	0,2
	Sobremesa	Kiwi/Maçã/Laranja	238	57	0	0	13	0,0
Quinta-feira	Sopa	Cenoura e feijão branco	341	81	1	0,1	1,9	0,1
	Prato	Empadão de bolonhesa com orégãos e massa macarrão gratinado, salada de beterraba, pimento e couve ripada	578	138	6	2	4	0,4
	Sobremesa	Banana/Pera/Maçã	238	57	0	0	13	0,0
Sexta-feira	Sopa	Brócolos	226	54	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Salada de feijão frade com atum, milho, azeitonas e molho vinagrete, arroz branco e salada de alface, couve roxa e pepino	793	190	3,8	0,5	1,1	0,3
	Sobremesa	Maçã/Laranja/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 do 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 excluded | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

EMENTA SEMANAL



Declaração nutricional 100g

Semana de 21 a 25 de Outubro de 2024

			VE Kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúç g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Espinafres	223	53	2,0	0,3	2,1	0,2
	Prato	Lentilhas estufadas com salsa , arroz de tomate e salada de alface, pepino e cenoura	394	94	1,6	0,2	2,5	0,1
	Sobremesa	Pera/Maçã/Laranja	238	57	0	0	13	0,0
Terça-Feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0,2	1,8	0,1
	Prato	Seitan assado com laranja, batata saiteada aos cubos com salsa e salada de alface, milho e couve roxa	540	129	2	0	1	0
	Sobremesa	Laranja/Banana/Kiwi	238	57	0	0	13	0,0
Quarta-feira	Sopa	Creme de curgete e espargos	92	22	1	0,2	2,2	0,1
	Prato	Tranche de Tofu no forno com cebolada, arroz de cenoura e legumes (brócolos, couve flor e cenoura)	433	104	3	0	2	0,1
	Sobremesa	Kiwi/Maçã/Laranja	238	57	0	0	13	0,0
Quinta-feira	Sopa	Cenoura e feijão branco	341	81	1	0,1	1,9	0,1
	Prato	Empadão de bolonhesa de soja com orégãos e massa macarrão gratinado, salada de beterraba, pimento e couve ripada	267	64	5	1	3	0,3
	Sobremesa	Banana/Pera/Maçã	238	57	0	0	13	0,0
Sexta-feira	Sopa	Brócolos	226	54	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Salada de feijão frade com ovo cozido, milho, azeitonas e molho vinagrete, arroz branco e salada de alface, couve roxa e pepino	628	150	5,5	0,9	1,2	0,3
	Sobremesa	Maçã/Laranja/Kiwi	238	57	0	0	13	0,0

Sobremeso 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 excluídos 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.