

EMENTA SEMANAL



4 a 8 Novembro

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúç g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	Macedónia de legumes (cenoura e ervilhas)		114	27	1	0	1.0	0.1
	Prato	Rolo de carne (vaca e porco) com laços salteado. Salada de tomate, alface e cenoura		737	176	7	2	2	0.5
	Vegetariano	Soja com laços. Salada de tomate, alface e cenoura		540	129	2	0.3	0.6	0.2
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Creme de couve-flor		246	59	1	0	2.0	0.1
	Prato	Filetes de pescada estufados com arroz de ervilhas. Salada de alface, cenoura e cebola		557	133	6	1	0	1.7
	Vegetariano	Seitan estufado com arroz de ervilhas. Salada de alface, cenoura e cebola		599	143	5	1	1	0.4
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Feijão verde e grão		198	47	2	0	2.2	0.2
	Prato	Pá porco assada com macarronete salteado. Salada de pepino, couve roxa e alface		755	181	4	1	1	0.2
	Vegetariano	Hambúrguer de cogumelos com macarronete salteado. Salada de pepino, couve roxa e alface		626	150	5.5	1.6	1.2	1.0
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	Creme de cenoura		279	67	1	0	1.8	0.1
	Prato	Salada de atum com feijão-frade, ovo e batata. Salada de cenoura raspada, pepino e alface		793	190	4	0	1	0.3
	Vegetariano	Salada de feijão-frade e batata. Salada de cenoura raspada, pepino e alface		413	99	4	1.0	2.6	0.2
	Sobremesa	Fruta da época ou gelatina		238 / 389	57 / 93	0 / 0	0 / 0	13 / 22	0 / 0
Sexta-feira	Sopa	Creme de cenoura		279	67	1	0	1.8	0.1
	Prato	Arroz de aves à portuguesa (frango, peru, couve). Salada de tomate, cenoura e cebola		656	157	4	1	0	0.2
	Vegetariano	Hambúrguer de espinafres com arroz. Salada de tomate, cenoura e cebola		852	204	8	2	2	2
	Sobremesa	Fruta da época		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 excluded | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.