

EMENTA SEMANAL



7 a 11 Abril

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúç g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	Feijão-verde e grão-de-bico		442	106	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Arroz de cavala. Salada de tomate, alface e cenoura		661	158	6	1	1	0.4
	Vegetariano	Arroz de legumes. Salada de tomate, alface e cenoura		605	145	2	0.4	1.8	0.1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Feijão-verde e grão-de-bico		442	106	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Massa de aves à portuguesa (macarronete, frango, peru, couve). Salada de tomate, cenoura e cebola		574	137	2.0	0.3	1.5	0.2
	Vegetariano	Massa de lentilhas. Salada de tomate, cenoura e cebola		583	139	2	0.3	1.3	0.2
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Creme de legumes		236	56	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Salada russa (batata, ervilha e cenoura) com medalhões de pescada no forno. Salada de cenoura raspada, cebola e tomate		504	121	2.7	0.5	0.9	0.2
	Vegetariano	Salada russa (batata, ervilha e cenoura) com tofu salteado. Salada de cenoura raspada, cebola e tomate		517	124	2	0	1	0.1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	Penca		224	53	1	0.2	2.1	0.1
	Prato	Perna de frango assada com arroz de ervilhas. Salada de alface, pepino e cebola		697	167	3.5	0.6	1.1	0.2
	Vegetariano	Seitan estufado com arroz de ervilhas. Salada de alface, pepino e cebola		653	156	4.9	1.5	2.5	0.2
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Alho francês		218	52	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Massada de salmão (salmão lascado, delícias do mar e massa cotovelinhos). Salada de pepino, milho e couve roxa		795	190	10	2.2	1.6	0.1
	Vegetariano	Massada de legumes com grão (cotovelinhos, couve e grão-de-bico). Salada de pepino, milho e couve roxa		457	109	4	1.4	1.9	0.2
	Sobremesa	Fruta da época ou gelatina		238 / 389	57 / 93	0 / 0	0 / 0	13 / 22	0 / 0

Sobremesa sujeita a alteração, para uma boa gestão de maturação da fruta da época, e redução do desperdício alimentar. | Alergénicos, 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.