

SEMANA 20 a 24 Outubro 2025

			Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar	Sal (g)
2F	Sopa	Macedónia de legumes (cenoura e ervilhas)	206	49	2	0.2	2.1	0.1
	Prato Principal	Hamburguer misto (vaca e porco) estufados(no forno) com laços. Salada de pepino, cenoura e milho	879	210	5	2	1	0.2
	Vegetariano	Seitan estufado com laços. Salada de pepino, cenoura e milho	517	124	2	0	1	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
3F	Sopa	Creme de couve-flor e feijão vermelho	403	96	1	0.2	2.3	0.1
	Prato Principal	Caldeirada de Tamboril (batata estufada com tamboril). Salada de couve roxa, alface e cebola	760	182	2.1	0.2	1.7	0.1
	Vegetariano	Tofu estufado com salada russa (ervilha e cenoura). Salada de couve roxa, alface e cebola	601	144	2.2	0.2	2.3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época ou gelatina	238	57	0	0	13	0
4F	Sopa	Feijão verde	198	47	2	0.2	2.2	0.2
	Prato Principal	Perna de frango no forno com esparguete salteado. Salada de couve, cenoura e cebola	587	140	5	1	1.6	0.2
	Vegetariano	Hambúrguer de azeitona com esparguete salteado. Salada de couve, cenoura e cebola	852	204	8	1.6	1.8	2.4
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
5F	Sopa	Creme de cenoura	341	81	1	0.1	1.9	0.1
	Prato Principal	Feijoada de Pota (Pota, feijão branco, cenoura) com arroz. Salada de tomate, alface e cenoura	346	83	2	0	2	0.3
	Vegetariano	Feijoada á Chef (feijão branco e cenoura) com arroz Salada de tomate, alface e cenoura	484	116	2.0	0.2	2.4	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	238/389	57/93	0/0	0/0	13/22	0/0
6F	Sopa	Creme de cenoura e feijão encarnado	399	95	1	0.2	1.8	0.2
	Prato Principal	Ovos mexidos com cogumelos, cenoura e arroz. Salada de couve roxa, pepino e cebola	799	191	7.0	1.3	1.3	0.4
	Vegetariano	Arroz de legumes com cogumelos, couve e cenoura. Salada de couve roxa, pepino e cebola	583	139	2	0.3	1.3	0.2
	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. **Alérgenos:** 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