

EMENTA SEMANAL



13 a 17 janeiro

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 | 1.0 | 0.1 |
| | Prato | Rolo de carne (vaca e porco) com laços salteado. Salada de tomate, alface e cenoura | | 763 | 182 | 4.6 | 1.3 | 0.8 | 0.2 |
| | Vegetariano | Tofu no forno com laços. Salada de tomate, alface e cenoura | | 497 | 119 | 2 | 0 | 2 | 0.1 |
| | Sobremesa | Fruta da época | | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0.0 |
| Terça-Feira | Sopa | Creme de couve-flor | | 246 | 59 | 1 | 0.2 | 2.0 | 0.1 |
| | Prato | Filetes de pescada á Rosa do Adro com arroz. Salada de alface, cenoura e cebola | | 557 | 133 | 5.9 | 1.2 | 0.1 | 1.7 |
| | Vegetariano | Seitan á Rosa do Adro com arroz. Salada de alface, cenoura e cebola | | 434 | 104 | 1 | 0.1 | 1.7 | 0.1 |
| | Sobremesa | Fruta da época | | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0.0 |
| Quarta-feira | Sopa | Feijão-verde e grão-de-bico | | 485 | 116 | 2 | 0.3 | 2.1 | 0.1 |
| | Prato | Pá porco assada com Macarronete salteado. Salada de pepino, couve roxa e alface | | 755 | 181 | 4.1 | 1.0 | 1.3 | 0.2 |
| | Vegetariano | Hambúrguer de cogumelos com macarronete salteado. Salada de pepino, couve roxa e alface | | 716 | 171 | 10 | 1.5 | 2.0 | 0.2 |
| | Sobremesa | Fruta da época | | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0.0 |
| Quinta-feira | Sopa | Creme de cenoura | | 279 | 67 | 1 | 0.2 | 1.8 | 0.1 |
| | Prato | Salada de atum com feijão-frade, ovo e batata. Salada de cenoura raspada, pepino e alface | | 628 | 150 | 5.5 | 0.9 | 1.2 | 0.3 |
| | Vegetariano | Salada de feijão-frade e batata. Salada de cenoura raspada, pepino e alface | | 533 | 127 | 1 | 0.3 | 1.5 | 0.0 |
| | Sobremesa | Fruta da época ou gelatina | | 238 / 389 | 57 / 93 | 0 / 0 | 0 / 0 | 13 / 22 | 0 / 0 |
| Sexta-feira | Sopa | Creme de cenoura e feijão branco | | 341 | 81 | 1 | 0.1 | 1.9 | 0.1 |
| | Prato | Arroz de aves à portuguesa (frango, peru, couve). Salada de tomate, cenoura e cebola | | 656 | 157 | 3.6 | 0.9 | 0.4 | 0.2 |
| | Vegetariano | Hamburguer de espinafres com arroz. Salada de tomate, cenoura e cebola | | 626 | 150 | 6 | 1.6 | 1.2 | 1.0 |
| | 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. | 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.