

EMENTA SEMANAL



3 a 7 Março

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Esparguete à bolonhesa (carne picada de vaca com esparguete). Salada de tomate, alface e cenoura	899	215	8	3	2	0.1
	Vegetariano	Bolonhesa de soja. 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	0						
	Prato	Carnaval						
	Vegetariano	0						
	Sobremesa	0						
Quarta-feira	Sopa	Creme de legumes com feijão branco	236	56	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Calamares com arroz de ervilhas .Salada de couve, cenoura e cebola	797	191	6.6	1.3	1.0	0.4
	Vegetariano	Seitan no forno com arroz de ervilhas. Salada de couve, cenoura e cebola	852	204	8	1.6	1.8	2.4
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	Creme de legumes	236	56	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Rancho à Portuguesa (vaca, frango, chouriço, grão-de-bico, couve e massa macarronete). Salada de pepino, milho e couve roxa	749	179	3.8	0.8	2.2	0.1
	Vegetariano	Rancho vegetariano (macarronete, couve e grão-de-bico). Salada de pepino, milho e couve roxa	601	144	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Penca	224	53	1	0.2	2.1	0.1
	Prato	Arroz de atum. Salada de cenoura raspada, pepino e alface	661	158	6.1	0.9	1.2	0.4
	Vegetariano	Arroz de legumes com lentilhas. Salada de cenoura raspada, pepino e alface	605	145	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época ou gelatina	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.