



SEMANA 24 a 28 Novembr 2025

			Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa	Creme de couve-flor e feijão vermelho	403	96	1	0.2	2.3	0.1
	Prato Principal	Arroz de atum. 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
3F	Sopa	Macedónia de legumes (cenoura e ervilhas) Kancno (trango, grao-de-bico, couve e massa macarronete). Salada de pepino, milho e couve roxa	206	49	2	0.2	2.1	0.1
	Prato Principal		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
4F	Sopa	Creme de cenoura	341	81	1	0.1	1.9	0.1
	Prato Principal	Caldeirada de Peixe (batata estufada com tamboril). Salada de couve roxa, alface e cebola	760	182	2.1	0.2	1.7	0.1
	Vegetariano	Caldeirada de tofu (Tofu estufado com batata 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	238/389	57/93	0/0	0/0	13/22	0/0
5F	Sopa	Feijão verde	198	47	2	0.2	2.2	0.2
	Prato Principal	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	2.1	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
6F	Sopa	Creme de cenoura e feijão encarnado	399	95	1	0.2	1.8	0.2
	Prato Principal	Douradinhos de pescada com arroz de ervilhas. Salada de pepino, alface e cenoura	806	193	6	0	1	0.1
	Vegetariano	Hambúrguer de espinafres com arroz de ervilhas. Salada de pepino, alface e cenoura	626	150	5.5	1.6	1.2	1
	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. **Alérgénios:** 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 restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.