

EMENTA SEMANAL



Semana de 03 a 07 de Março de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Nabo	279	67	1	0.2	1.9	0.1
	Prato	Esparguete à Bolonhesa (carne de vaca picada, massa esparguete, molho de tomate) e salada de cenoura, beterraba e milho	899	215	7.9	2.5	1.8	0.1
	Sobremesa	Laranja/Maçã/Pera	238 / 590	57 / 141	0 / 5	0 / 2	13 / 14	0 / 0
Terça-Feira	Sopa	0						
	Prato	Carnaval						
	Sobremesa	0						
Quarta-feira	Sopa	Nabiças	202	48	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Fêveras de porco estufadas com molho de tomate, arroz e legumes (feijão verde, couve de bruxelas e curgete)	755	181	4.1	1.0	1.3	0.2
	Sobremesa	Kiwi/Maçã/Pera	238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Canja	251	60	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Massa farfalle com lascas de atum estufado e legumes incorporados (ervilhas, cenoura aos cubos e milho)	373	89	0.0	0.0	1.2	0.0
	Sobremesa	Banana/Laranja/Maçã	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Favas e legumes	640	153	5	0.7	1.2	0.3
	Prato	Feijoada à Transmontana (cubos de frango e peru, feijão manteiga, tomate, cenoura), arroz e salada de alface, couve roxa e pimento	644	154	5	1	2	0.4
	Sobremesa	Maçã assada/Maçã/Laranja	238	57	0	0	13	0.0

Sobremesa sujeita a alteração, para uma boa gestão de maturação do fruto da época, e redução do desperdício alimentar. | Alergénios, informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídos 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.

EMENTA SEMANAL



Semana de 10 a 14 de Março de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE kJ	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Feijão verde	198	47	2	0.2	2.2	0.2
	Prato	Argolas de pota panadas no forno, arroz de ervilhas e legumes cozidos (brócolos, couve flor e couve de bruxelas)	661	158	6.1	0.9	1.2	0.4
	Sobremesa	Maçã/Banana/Laranja	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Espinafres e grão de bico	442	106	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Perninha de frango com laranja, massa esparguete salteada com alho e oregãos e salada de alface, tomate e pepino	799	191	3	0	2	0.2
	Sobremesa	Kiwi/Pera/Maçã	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Creme de cenoura	279	67	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Bacalhau desfiado com broa e batata aos cubos e legumes salteados (brócolos, cenoura e feijão verde)	632	151	2.9	0.4	0.9	0.1
	Sobremesa	Laranja/Pera/Banana	238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Rancho (massa macarronete, cubos de carne de porco e vaca, grão de bico, repolho, cenoura e tomate)	749	179	3.8	0.8	2.2	0.1
	Sobremesa	Pera/Maçã/Kiwi	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Repolho	206	49	1	0.1	2.1	0.1
	Prato	Tranche de salmão no forno com tomilho, arroz de cenoura e salada de alface, beterraba e pepino	808	193	11	2	1	0.2
	Sobremesa	Leite creme/Gelatina/Banana	676/ 389/ 238	161/ 93/ 57	7/0/0	2/0/0	19/ 22/13	0/ 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 avoided. | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

EMENTA SEMANAL



Declaração nutricional 100g

Semana de 17 a 21 de Março de 2025

			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	Macarrão guisado com tomate e cenoura, bife de frango panado no forno e salada de tomate, pepino e milho	841	201	6.4	1.2	0.9	0.3
	Sobremesa	Laranja/Pera/Maçã	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Couve flor	242	58	1	0.2	1.6	0.1
	Prato	Medalhões de pescada no forno com pimento vermelho e salsa, arroz de feijão manteiga e legumes salteados (feijão verde, cenoura e brócolos)	793	190	5	1	0	0.2
	Sobremesa	Maçã/Pera/Laranja	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Cenoura	199	47	3	0.5	3.0	0.4
	Prato	Rojões de porco no tacho com pickes e batata aos cubos, salada de alface, beterraba e couve roxa)	937	224	3.0	0.4	0.9	0.2
	Sobremesa	Banana/Laranja/Maçã	238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Creme de curgete e feijão catarino	189	45	1	0.2	2.0	0.1
	Prato	Filete de bacalhau no forno com cebolada, arroz de alho e salada de cenoura, pepino e pimento	343	82	0.3	0.2	1.8	0.1
	Sobremesa	Aletria/Gelatina/Pera	676/ 389/ 238	161/ 93/ 57	7 / 0 / 0	2 / 0 / 0	19/ 22 / 13	0 / 0 / 0
Sexta-feira	Sopa	Couve coração	403	96	1	0.2	2.3	0.1
	Prato	Cubos de carne de porco e peru estufados com massa cotovelos, feijão branco, curgete, cenoura e couve branca	695	166	5	1	2	0.1
	Sobremesa	Pera/Banana/Kiwi	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 avoided | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

EMENTA SEMANAL



Semana de 24 a 28 de Março de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE kJ	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Repolho	206	49	1	0.1	2.1	0.1
	Prato	Medalhão de pescada no forno com pimento vermelho, arroz branco e legumes cozidos (brócolos, couve flor e cenoura)	557	133	5.9	1.2	0.1	1.7
	Sobremesa	Maçã/Kiwi/Pera	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Creme de lentilhas	501	120	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Almôndegas de aves estufadas com molho de tomate, massa laços e salada de alface, milho e cenoura	741	177	4	1	6	0.6
	Sobremesa	Kiwi/Banana/Maçã	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Espinafres	223	53	2	0.3	2.1	0.2
	Prato	Lombo de salmão no forno com cebolinho, batata corada e feijão verde, cenoura e couve de bruxelas	673	161	9.3	1.7	0.7	0.1
	Sobremesa	Laranja/Maçã/Banana	238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Nabo	279	67	1	0.2	1.9	0.1
	Prato	Perna de peru com oregãos e laranja, massa esparguete guisada e salada de beterraba, couve roxa e alface	639	153	4.9	1.2	1.3	0.2
	Sobremesa	Pera/Banana/Laranja	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Nabiças	202	48	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Filete de cavala em conserva com grão de bico, ovo cozido e salsa picada, arroz branco e legumes cozidos (cenoura, feijão verde e couve flor)	537	128	5	1	1	0.2
	Sobremesa	Iogurte/Gelatina/Maçã	360/ 389/ 238	86/ 93/ 57	2/0/ 0	0/0/0	0/ 22/13	0/ 0/0

Sobremesa sujeita a alteração, para uma boa gestão de maturação do fruto 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 75, 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.

EMENTA SEMANAL



Semana de 31 de Março a 04 de Abril de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúç g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Creme de ervilhas	250	60	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Hambúguer de aves no forno, massa cotovelos guisados e salada de alface, milho e tomate	966	231	8.9	2.1	1.6	0.1
	Sobremesa	Pera/Maçã/Banana	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Abóbora	250	60	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Filete de pescada à Rosa do Adro (com pão ralado), arroz de brócolos e cenoura e salada de beterraba, pepino e pimento	651	156	3	0	1	0.2
	Sobremesa	Laranja/Maçã/Clementina	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Couve flor	242	58	1	0.2	1.6	0.1
	Prato	Massa à Lavrador (massa macarronete, feijão manteiga, cubos de carne de porco e vaca, couve coração, cenoura, curgete e tomate)	683	163	5.4	1.6	1.5	0.4
	Sobremesa	Maçã/Pera/Kiwi	683	163	5	2	1	0
Quinta-feira	Sopa	Canja	640	153	5	0.7	1.2	0.3
	Prato	Ovos mexidos com salsicha de aves, arroz de ervilhas e cenoura e legumes salteados (brócolos, feijão verde e couve flor)	801	192	16.3	4.2	0.3	3.5
	Sobremesa	Banana/Pera/Maçã	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Penca	224	53	1	0.2	2.1	0.1
	Prato	Batata aos cubos no forno com bacalhau desfiado e legumes salteados (espinafres, cenoura e curgete)	334	80	1	0	1	1.3
	Sobremesa	Gelatina/Laranja/Banana	238 / 590	57 / 141	0 / 5	0 / 2	13 / 14	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.

EMENTA SEMANAL



Semana de 03 a 07 de Março de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Brócolos	226	54	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Ratatouille de legumes (curgete, cenoura e abóbora) com cubos de tofu estufados e massa farfalle salteada com oregãos	433	104	3.0	0.4	2.0	0.1
	Sobremesa	Maçã/Pera/Banana	238	57	0	0	13	0.0
Terça-feira	Sopa	Grão com espinafres	442	106	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Lentilhas estufadas, arroz de salsa e salada de alface, beterraba e pepino	394	94	2	0	3	0.1
	Sobremesa	Laranja/Kiwi/Maçã	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Creme de legumes	236	56	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Massa de soja (cubos de soja, massa macarronete, feijão manteiga, couve coração, cenoura e tomate)	410	98	2.0	0.5	1.4	0.2
	Sobremesa	logurte/Gelatina/Laranja	360/ 389/ 238	86/ 93/ 57	2/0/ 0	0/0/0	0/ 22/13	0/ 0/0
Quinta-feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Strogonoff de seitan (sem natas) com arroz de ervilhas e milho e salada de couve roxa, pimento e alface	517	124	1.8	0.3	1.1	0.1
	Sobremesa	Banana/Maçã/Kiwi	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Abóbora	218	52	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Feriado	517	124	1.8	0.3	1.1	0.1
	Sobremesa	0	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. | Alergénias, 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 avoided. | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

Internal

EMENTA SEMANAL

Semana de 10 a 14 de Março de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE Kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúç g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Couve branca	218	52	1	0.2	2.1	0.1
	Prato	Ovos mexidos com cogumelos, arroz de cenoura e legumes salteados (brócolos, couve de bruxelas e couve flor)	814	195	6.6	1.4	0.5	0.2
	Sobremesa	Laranja/Maçã/Pera	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Creme de curgete e cenoura	141	34	2	0.3	2.5	0.1
	Prato	Curgete gratinada com legumes e queijo, massa esparguete salteada com oregãos e salada de alface, milho e pepino	565	135	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Maçã/Pera/Banana	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Couve lombarda	202	48	1	0.1	1.8	0.1
	Prato	Tiras de tofu douradas, arroz de feijão branco e espinafres e salada de beterraba, cenoura e curgete	500	119	3.1	0.4	1.2	0.1
	Sobremesa	Pera/Maçã/Laranja	238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Feijão branco e hortaliça	341	81	1	0.1	1.9	0.1
	Prato	Caçarola de soja com verduras e batata aos cubos estufada (cubos de soja, ervilhas, cenoura, feijão verde, nabo e batata)	539	129	2.1	0.3	1.8	0.0
	Sobremesa	Gelatina/Laranja/Maçã	238 / 389	57 / 93	0 / 0	0 / 0	13 / 22	0 / 0
Sexta-feira	Sopa	Couve flor	242	58	1	0.2	1.6	0.1
	Prato	Farfalle guisada com feijão manteiga e oregãos, salada de alface, tomate e pimento	497	119	2	0	2	0.2
	Sobremesa	Banana/Maçã/Pera	238	57	0	0	13	0.0

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

EMENTA SEMANAL



Semana de 17 a 21 de Março de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúç g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Nabo	279	67	1	0.2	1.9	0.1
	Prato	Esparguete à Bolonhesa de soja (soja picada, massa esparguete, molho de tomate) e salada de cenoura, beterraba e milho	497	119	1.9	0.2	2.1	0.1
	Sobremesa	Bolo de castanha/Maçã/Laranja	238 / 590	57 / 141	0 / 5	0 / 2	13 / 14	0 / 0
Terça-feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Seitan panado no forno, arroz de brócolos e cenoura e salada de alface, pimento e tomate	819	196	6	1	1	0.1
	Sobremesa	Pera/Banana/Laranja	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Nabiças	202	48	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Beringela recheada com legumes e queijo, massa laços e legumes (feijão verde, couve de bruxelas e curgete)	623	149	2.3	0.3	2.4	0.1
	Sobremesa	Kiwi/Maçã/Pera	238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Favas e legumes	251	60	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Lombinhos de tofu com sementes de sésamo, batata salteada com azeite e alho e legumes salteados (brócolos, cenoura e milho)	356	85	5.8	0.8	0.6	0.0
	Sobremesa	Banana/Laranja/Maçã	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Legumes	640	153	5	0.7	1.2	0.3
	Prato	Feijoada de soja (cubos de soja, feijão branco, tomate, cenoura), arroz e salada de alface, couve roxa e pimento	776	186	2	0	3	1.4
	Sobremesa	Maçã/Pera/Laranja	238	57	0	0	13	0.0

Sobremesa sujeito a alteração, para uma boa gestão de maturação do fruto da época, e redução do desperdício alimentar. | Alergénios, informe-se, por favor, junto do nosso equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. | Declaração nutricional por 100g/100ml de produto | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações A5AE Rua Rindigo da Fonseca 75 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.

EMENTA SEMANAL



Semana de 24 a 28 de Março de 2025

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açú c g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	Feijão verde		198	47	2	0.2	2.2	0.2
	Prato	Salada de arroz colorido com ovo cozido (arroz, ovo, ervilha, feijão verde, cenoura,milho)		605	145	1.6	0.4	1.8	0.1
	Sobremesa	Maçã/Banana/Laranja		238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Espinafres e grão de bico		442	106	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Pimentos recheados com legumes e queijo, massa esparguete salteada com oregãos e salada de alface, tomate e pepino		729	174	7	3	1	0.5
	Sobremesa	Kiwi/Pera/Maçã		238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Creme de cenoura		279	67	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Legumes estufados com cogumelos, batata aos cubos e legumes salteados (brócolos, cenoura e feijão verde)		533	127	0.5	0.0	0.9	0.1
	Sobremesa	Laranja/Pera/Banana		238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Alho francês		218	52	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Rancho vegetariano (massa macarronete, cubos de soja, grão de bico, repolho, cenoura e tomate)		595	142	2.3	0.2	1.8	0.3
	Sobremesa	Pera/Maçã/Kiwi		238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Repolho		206	49	1	0.1	2.1	0.1
	Prato	Filete de tofu no forno com tomilho, arroz de alho e salada de alface, cenoura e pepino		500	119	3	0	1	0.1
	Sobremesa	Iogurte/Gelatina/Banana		676/ 238	161/ 57	7 / 0 / 0	2 / 0 / 0	19 / 22 / 13	0 / 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 avoided. | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

EMENTA SEMANAL



Semana de 31 de Março a 04 de Abril de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Up g	AG g	Sat g	Açú g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0.2	1.8	0.1	
	Prato	Tiras de seitan panadas no forno, massa esparguete guisada com tomate e salada de tomate, pepino e milho	819	196	6.1	1.1	0.8	0.1	
	Sobremesa	Laranja/Pera/Maçã	238	57	0	0	13	0.0	
Terça-Feira	Sopa	Couve flor	242	58	1	0.2	1.6	0.1	
	Prato	Hamburguer de vegetais no forno,, arroz branco e legumes salteados (feijão verde, cenoura e brócolos)	626	150	6	2	1	1.0	
	Sobremesa	Maçã/Pera/Laranja	238	57	0	0	13	0.0	
Quarta-feira	Sopa	Cenoura	199	47	3	0.5	3.0	0.4	
	Prato	Rojões de soja no tacho com pickes e batata, salada de alface, beterraba e couve roxa)	642	153	1.8	0.2	1.2	0.0	
	Sobremesa	Banana/Laranja/Maçã	238	57	0	0	13	0	
Quinta-feira	Sopa	Creme de curgete	189	45	1	0.2	2.0	0.1	
	Prato	Tofu no forno com manjerição, arroz de feijão catarino e salada de cenoura, pepino e pimento	540	129	1.8	0.3	0.6	0.2	
	Sobremesa	Aletria/Gelatina/Pera	676/ 389/ 238	161/ 93/ 57	7/0/0	2/0/0	19/ 22/	0/ 13/0/0	
Sexta-feira	Sopa	Couve coração e feijão catarino	403	96	1	0.2	2.3	0.1	
	Prato	Cubos de soja estufados com massa macarronete e curgete, cenoura e couve branca	690	165	3	0	2	0.2	
	Sobremesa	Pera/Banana/Kiwi	238	57	0	0	13	0.0	

Sobremesa sujeita a alteração, para uma boa gestão de maturação do fruto da época, e redução do desperdício alimentar. | Alergénios, informe-se, por favor, junto do nosso 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.