



EMENTA

SEMANA DE 13 A 17 DE DEZEMBRO DE 2021

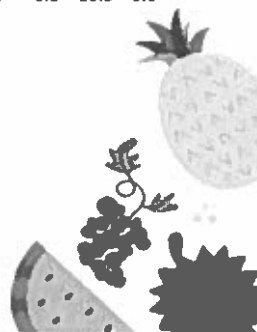
VE KJ VE TFP AG. AÇÚC. SAI
KCAL G G G G G
DECLARAÇÃO NUTRICIONAL 100G

		VE KJ	VE KCal	TFP G	AG. SAT G	AÇÚC. G	SAI G
SEGUNDA-FEIRA	SOPA						
		207	49	2	0.3	2.3	0.1
	PRATO						
	Rolo de carne misto (à fatia) aromatizado com oregãos, massa espiral e salada de alface, cenoura e milho	812	194	4	0.7	5.1	0.1
SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0.0	10.5	0.0
TERÇA-FEIRA	SOPA						
		219	52	2	0.3	2.2	0.1
	PRATO						
	Filete de pescada dourado no forno, arroz; brócolos, alho francês e abóbora cozida	448	103	1.0	1.0	4.0	0.2
SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0.0	10.5	0.0
QUARTA-FEIRA	SOPA						
		222	53	2	0	2	0.1
	PRATO						
	Massa à Lavrador (massa macarrão, cubos de carne de peru e porco, feijão manteiga, couve coração, tomate e cenoura)	709	170	5	1.0	2.0	0.1
SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)/ Fruta assada	198	47	0	0.0	10.5	0.0
QUINTA-FEIRA	SOPA						
		290	69	2	0.3	2.5	0.1
	PRATO						
	Bacalhau com broa (bacalhau, broa, batata) e salada de alface, pepino e couve roxa	763	192	2.2	0.3	3,7	0.4
SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades) / Aletria	614	147	6	2	7	0
SEXTA-FEIRA	SOPA						
		239	57	2	0.3	2.0	0.1
	PRATO						
	Bife de frango panado no forno, arroz; couve flor, couve de bruxelas e feijão verde cozidos	1009	241	7.0	0.3	3.6	0.7
SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0.0	10.5	0.0

Alergénios Informe-se junto equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações. ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa



FOOD WITH PURPOSE





EMENTA

SEMANA DE 13 A 17 DE DEZEMBRO DE 2021 – EMENTA OVOLACTOVEGETARIANA

VE	KJ	VF	LIP	AG.	ACUF	SAT
g	g	g	g	g	g	g

DECLARAÇÃO NUTRICIONAL ICCC

SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Repolho	207	49	2	0.3	2.3	0.1
	PRATO	Massa espiral com soja e oregãos e salada de alface, cenoura e milho	835	197	8	2.6	3.7	0.2
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0.0	10.5	0.0
	SOPA	Legumes	219	52	2	0.3	2.2	0.1
TERÇA-FEIRA	PRATO	Hambúrguer de legumes, arroz; brócolos, ervilhas e abóbora cozida	626	150	6	1,6	1,2	1,0
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades) / Aletria	198	47	0	0.0	10.5	0.0
	SOPA	Couve flor	222	53	2	0	2	0.1
QUARTA-FEIRA	PRATO	Massa vegetariana (massa macarrão, feijão manteiga, couve coração, tomate e cenoura)	707	169	7	1.7	2.3	0.1
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)/ Fruta assada	198	47	0	0.0	10.5	0.0
	SOPA	Caldo verde	290	69	2	0.3	2.5	0.1
QUINTA-FEIRA	PRATO	Tofu com broa (tofu, broa, batata) e salada de alface, pepino e couve roxa	499	131	2	0	2	0.2
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	614	147	6	2	7	0
	SOPA	Creme de ervilhas	239	57	2	0.3	2.0	0.1
SEXTA-FEIRA	PRATO	Cubos de soja estufados, arroz; couve flor, couve de bruxelas e feijão verde cozidos	577	138	4	2	3.3	0.5
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0.0	10.5	0.0

Alergénios Informe-se junto equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações. ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa



FOOD WITH PURPOSE

