



# EMENTA

SEMANA DE 15 A 19 DE NOVEMBRO DE 2021

VF	VF	AG.	AG.	SAL	SAL
KJ	KCAL	LIT.	SAT	G	G
		G	G		

DECLARAÇÃO NUTRICIONAL (KCAL)

DIÁRIO	TIPO DE PRATO	DESCRIÇÃO DO PRATO	VF	VF	AG.	AG.	SAL	SAL
			KJ	KCAL	LIT.	SAT	G	G
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Brócolos	303	86	2	0.3	2.0	0.1
	PRATO	Rissóis de carne, arroz e salada de alface, milho e beterraba	997	238	11	2.4	1.6	0.8
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)/ Fruta assada	198	47	0	0.0	10.5	0.0
TERÇA-FEIRA	SOPA	Nabiças e feijão frade	290	89	2	1.0	3.0	0.1
	PRATO	Paloco à Gomes de Sá (paloco, batata, ovo, salsa); brócolos, alho francês e couve flor cozidos	588	141	2	1.0	1.0	0.4
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades) / Leite de creme	676	162	7	2	19	0
QUARTA-FEIRA	SOPA	Couve lombarda	207	49	2	0.3	2.3	0.1
	PRATO	Bifanas de porco estufadas com lentilhas, massa espiral e salada de alface, tomate e pepino	830	199	13	3	4	0.7
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0.0	10.5	0.0
QUINTA-FEIRA	SOPA	Canja	640	153	5	0.7	1.2	0.3
	PRATO	Filete de red fish panado no forno com crosta de broa, arroz e legumes salteados (couve de bruxelas, feijão verde e couve coração)	808	193	11	2	1	0.2
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0.0	10.5	0.0
SEXTA-FEIRA	SOPA	Creme de curgete	205	49	2	0	2	0.1
	PRATO	Frango assado com louro, massa esparguete salteada com oregãos e salada de alface, cenoura e couve roxa	898	215	8	1.8	3.6	1
	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

Eurest FOOD with PURPOSE





# EMENTA

SEMANA DE 15 A 13 DE NOVEMBRO DE 2021 – EMENTA OVOLACTOVEGETARIANA

VE. KI. VT. LIT. AC. AM. TAM.  
KCAL. D. SAT. D. D.  
G. C. E. E.  
ELECTRICAL TEG

SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Brócolos	303	86	2	0.3	2.0	0.1
	PRATO	Rissóis vegetarianos, arroz e salada de alface, milho e beterraba	997	238	11	2.4	1.6	0.8
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)/ Fruta assada	198	47	0	0.0	10.5	0.0
TERÇA-FEIRA	SOPA	Nabiças e feijão frade	290	89	2	1.0	3.0	0.1
	PRATO	Ovo à Gomes de Sá (batata, ovo, salsa); brócolos, alho francês e couve flor cozidos	420	100	2.8	0.6	1.1	0.2
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades) / Leite de creme	676	162	7	2	19	0
QUARTA-FEIRA	SOPA	Couve lombarda	207	49	2	0.3	2.3	0.1
	PRATO	Massa espiral estufada com lentilhas e salada de alface, tomate e pepino	641	143	1.0	0.1	2.3	0.1
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0.0	10.5	0.0
QUINTA-FEIRA	SOPA	Espinafres	640	153	5	0.7	1.2	0.3
	PRATO	Nacos de soja estufados, arroz e legumes salteados (couve de bruxelas, feijão verde e couve coração)	577	138	4	2	3.3	0.5
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0.0	10.5	0.0
SEXTA-FEIRA	SOPA	Creme de curgete	205	49	2	0	2	0.1
	PRATO	Massa esparguete salteada com cogumelos e salada de alface, cenoura e couve roxa	835	197	8	2.6	3.7	0.2
	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

Eurest FOOD.M. PURPOSE

