



# EMENTA

SEMANA DE 29 DE NOVEMBRO A 03 DE DEZEMBRO DE 2021

VE AJ VE EIP AG, AÇÜC SAI  
KCAL G SAT G G

DECLARAÇÃO NUTRICIONAL ILEG

		VE	AJ	VE	EIP	AG,	AÇÜC	SAI	
		KCAL	G	G	G	G	G	G	
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Feijão verde		184	44	2	0.0	2.0	0.1
	PRATO	Almôndegas de aves estufadas, arroz e salada de cenoura, pepino e milho		686	160	2	0,2	0,9	0,2
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)		198	47	0	0.0	10.5	0.0
TERÇA-FEIRA	SOPA	Creme de lentilhas		338	81	2	0.3	2.0	0.2
	PRATO	Filete de bacalhau fresco no forno com alecrim, batata corada e salada de alface, beterraba e tomate		673	166	3	1.0	1.0	0.1
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades) / Aletria		614	147	6	2	7	0
QUARTA-FEIRA	SOPA	0							
	PRATO	FERIADO							
	SOBREMESA	0							
QUINTA-FEIRA	SOPA	Macedónia de legumes		280	70	2	0.3	2.3	0.2
	PRATO	Fêveras de porco estufadas, massa esparguete salteada com oregãos; couve coração, curgete e brócolos		830	199	13	3	4	0.7
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)		198	47	0	0.0	10.5	0.0
SEXTA-FEIRA	SOPA	Brócolos		348	87	2	0.3	2.0	0.1
	PRATO	Pescada à Provençal (no forno com ovo raspado), arroz de ervilhas; alho francês, couve de bruxelas e couve flor cozidos		448	103	1	1	4	0.2
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)/ Fruta assada		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

EMENTA DE 29 DE NOVEMBRO A 03 DE DEZEMBRO DE 2021 – EMENTA OVOLACTOVEGETARIANA

VE AJ VE TIF AG. AÇÚC SAI  
Kcal G G G G G  
DECLARAÇÃO NUTRICIONAL (Kcal)

		VE	AJ	VE	TIF	AG.	AÇÚC	SAI	
		Kcal	G	G	G	G	G	G	
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Feijão verde		184	44	2	0.0	2.0	0.1
	PRATO	Hamburguer de espinafres, arroz e salada de cenoura, pepino e milho		626	150	6	1,6	1,2	1,0
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)		198	47	0	0.0	10.5	0.0
TERÇA-FEIRA	SOPA	Creme de lentilhas		338	81	2	0.3	2.0	0.2
	PRATO	Soja estufada com cenoura, batata corada e salada de alface, beterraba e tomate		594	142	4	1	1	0.2
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades) / Aletria		614	147	6	2	7	0
QUARTA-FEIRA	SOPA	0							
	PRATO	FERIADO							
	SOBREMESA	0							
QUINTA-FEIRA	SOPA	Macedónia de legumes		280	70	2	0.3	2.3	0.2
	PRATO	Ervilhas estufadas com massa esparguete; couve coração, curgete e brócolos cozidos		707	169	7	1.7	2.3	0.1
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)		198	47	0	0.0	10.5	0.0
SEXTA-FEIRA	SOPA	Brócolos		348	87	2	0.3	2.0	0.1
	PRATO	Arroz à primavera vegetariano (ervilhas, ovo cozido, milho, cenoura e feijão verde); alho francês, couve de bruxelas e couve flor cozidos		598	138	3	0.6	1.7	0.1
	SOBREMESA	Fruta da época (3 variedades)/ Fruta assada		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 FOR PURPOSE

