

EMENTA SEMANAL



Declaração nutricional 100g

Semana de 11 a 15 de Novembro de 2024

		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 (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	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	Argolas de pota panadas no forno, arroz de brócolos e cenoura e salada de alface, pimento e tomate		483	115	3	0	1	0,3
	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	Pá de porco assada com alecrim, massa laços 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	Favas e legumes		251	60	1	0,2	1,8	0,1
	Prato	Lombinhos de pescada com sementes de sésamo, batata salteada com azeite e alho e legumes salteados (brócolos, cenoura 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	Canja		640	153	5	0,7	1,2	0,3
	Prato	Feijoada de peru (cubos de peru, feijão branco, tomate, cenoura), arroz e salada de alface, couve roxa e pimento		644	154	5	1	2	0,4
	Sobremesa	Maçã/Pera/Laranja		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. | 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



Declaração nutricional 100g

Semana de 11 a 15 de Novembro de 2024 - Ementa Ovolactovegetariana

		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 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 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.