

# EMENTA SEMANAL

EB23 +S-Semana de 03 a 07 Junho de 2024

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	Esparguete à bolonhesa (massa esparguete , carne de vaca picada e molho de tomate) e salada de tomate , pepino e milho	899	215	8	3	2	0,1
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)   Mousse de chocolate	238 /590	57/ 141	0/5	0/2	13 /14	0/0
Terça-Feira	Sopa	Canja	640	153	5	0,7	1,2	0,3
	Prato	Filete de cavala em conserva, grão de bico, ovo cozido, salsa, arroz e legumes cozidos (feijão verde, brócolos e couve flor)	537	128	5	1,2	0,9	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	Sopa	Abóbora	210	50	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Pá de porco assada com alecrim, batata corada e salada de cenoura, pepino e couve roxa	923	221	4,6	1,1	0,3	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	Sopa	Espinafres	223	53	2,0	0,3	2,1	0,2
	Prato	Lombo de salmão no forno , arroz de salsa e legumes salteados ( brócolos, alho francês e couve flor)	808	193	11	2	1	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Sexta-feira	Sopa	Alho Francês	218	52	1	0,2	1,8	0,1
	Prato	Perna de frango assada com sumo de limão, massa macarronete e salada de alface, tomate e pepino	701	168	3	0	3	0,8
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0

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 | 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.

 **FOOD**  
**PURPOSE**



# EMENTA SEMANAL

EB23 +S-Semana de 03 a 07 Junho de 2024

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG, Sat g	Açúç g	Sal g
Segunda-feira	<b>Sopa</b>	Creme de ervilhas	250	60	1	0,2	1,7	0,1
	<b>Prato</b>	Esparguete à bolonhesa de soja com orégãos (massa esparguete, soja fina e molho de tomate) e salada de tomate, pepino e milho	497	119	2	0	2	0,1
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época (3 variedades)   Mousse de chocolate	238 /590	57/ 141	0/5	0/2	13 /14	0/0
Terça-feira	<b>Sopa</b>	Canja	640	153	5	0,7	1,2	0,3
	<b>Prato</b>	Salada de grão de bico, ovo cozido, salsa, arroz e legumes cozidos (feijão verde, brócolos e couve flor)	444	106	1	0	2	0,1
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	<b>Sopa</b>	Abóbora	210	50	1	0,2	1,7	0,1
	<b>Prato</b>	Tofu assado de cebolada com alecrim, batata corada e salada de cenoura, pepino e couve roxa	453	108	3	0	2	0,1
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Quinta-feira	<b>Sopa</b>	Espinafres	223	53	2,0	0,3	2,1	0,2
	<b>Prato</b>	Hambúrguer vegetariano no forno, arroz de salsa e legumes salteados (brócolos, alho francês e couve flor)	626	150	6	1,6	1,2	1,0
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Sexta-feira	<b>Sopa</b>	Alho Francês	218	52	1	0,2	1,8	0,1
	<b>Prato</b>	Massa macarrão gratinada com cogumelos e vegetais (ervilha, cenoura, brócolos) e salada de alface, tomate e pepino	810	194	4	1,4	2,4	1,2
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0

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 | 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.

 **FOOD**  
**PURPOSE**

