

EMENTA SEMANAL

EB 23 +S-Semana de 13 a 17 de Maio de 2024

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Repolho	206	49	1	0,1	2,1	0,1
	Prato	Panadinhos de peixe no forno, arroz e salada de cenoura, milho e beterraba	806	193	5,8	0,2	0,8	0,1
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Terça-Feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0,2	1,8	0,1
	Prato	Massa à Lavrador (massa macarronete, cubos de porco e vaca, feijão manteiga, couve coração, tomate e cenoura)	833	199	7,3	2,2	2,0	0,5
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	Sopa	Canja	640	153	5	0,7	1,2	0,3
	Prato	Filete de tilápia no forno com tomate, cebola , batata e legumes cozidos (feijão-verde , alho francês e couve-flor)	540	129	3	0	1	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)/ Gelado	238 /827	57 /198	0 /11	0 /6	13 /22	0 /0,1
Quinta-feira	Sopa	Cenoura	250	60	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Pá de porco assada com louro, massa laços e salada de alface, pimento e cenoura	755	181	4,1	1,0	1,3	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Sexta-feira	Sopa	Feijão e hortaliça	341	81	1	0,1	1,9	0,1
	Prato	Medalhão de pescada no forno com crosta de broa, arroz legumes cozidos (feijão-verde, alho francês e couve-flor)	595	142	1,8	0,2	0,7	0,3
	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 with PURPOSE**



EMENTA SEMANAL

EB 23 +S-Semana de 13 a 17 de Maio de 2024

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Repolho	206	49	1	0,1	2,1	0,1
	Prato	Pimentos recheados no forno, arroz e salada de cenoura, milho e beterraba	664	159	4,7	1,6	1,3	0,3
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Terça-Feira	Sopa	Alho francês	218	52	1	0,2	1,8	0,1
	Prato	Massa à Lavrador com cubos de soja (massa macarronete, cubos de soja, feijão manteiga, couve coração, tomate e cenoura)	462	110	1,1	0,1	1,6	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	Sopa	Canja	640	153	5	0,7	1,2	0,3
	Prato	Salada de grão de bico com ovo cozido , batata e legumes cozidos (feijão-verde , alho francês e couve-flor)	472	113	2	1	2	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)/ Gelado	238 /827	57 /198	0 /11	0 /6	13 /22	0 /0,1
Quinta-feira	Sopa	Cenoura	282	67	3	0,4	2,4	0,1
	Prato	Estufado de lentilhas ,massa laços e salada de alface, pimento e cenoura	480	115	2,7	0,4	1,3	0,8
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Sexta-feira	Sopa	Feijão e hortaliça	411	98	2	0,3	2,5	0,2
	Prato	Filete de tofu no forno com crosta de broa, arroz legumes cozidos (feijão-verde, alho francês e couve-flor)	632	151	4,4	0,5	0,5	0,2
	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 with PURPOSE**

