

# EMENTA SEMANAL

EB23 + S-Semana de 27 a 31 de Maio de 2024

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Espinafres	223	53	2,0	0,3	2,1	0,2
	Prato	Bolinhos de bacalhau com arroz de tomate, salada de alface, cenoura e milho	668	160	12,7	1,7	6,3	0,1
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Terça-Feira	Sopa	Couve-lombarda	202	48	1	0,1	1,8	0,1
	Prato	Cubos de frango no tacho, feijão preto estufado, arroz e salada de couve coração, cenoura e couve roxa	587	140	5	1	2	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	Sopa	Nabiças e feijão manteiga	324	77	1	0,2	1,9	0,6
	Prato	Tranches de pescada no forno com tomilho, salada de batata ( batata, ervilhas, brócolos e couve de bruxelas)	378	90	1,3	0,1	0,8	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) / Profiteroles	238 /590	57/ 141	0/5	0/2	13 /14	0/0
Quinta-feira	Sopa	0						
	Prato	Feriado						
	Sobremesa	0						
Sexta-feira	Sopa	Brócolos	226	54	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Almôndegas de aves estufadas , massa macarrão e salada de alface, milho e pimento	667	159	2,9	0,6	1,3	0,5
	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 restaurnante  
 can not be excluded | Nutricional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

 **FOOD with PURPOSE**



# EMENTA SEMANAL

EB23 + S-Semana de 27 a 31 de Maio de 2024

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Espinafres	208	50	1,9	0,3	2,0	0,2
	Prato	Rissóis vegetarianos com arroz de tomate, salada de alface, cenoura e milho	668	160	12,7	1,7	6,3	0,1
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Terça-Feira	Sopa	Couve-lombarda	206	49	2	0,3	2,0	0,2
	Prato	Cubos de soja no tacho, feijão preto estufado, arroz e salada de couve coração, cenoura e couve roxa	682	163	3	1	0	0,3
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	Sopa	Nabiças e feijão manteiga	397	95	1	0,2	2,0	0,1
	Prato	Tranche de tofu com tomate e cebolada no forno com tomilho, salada de batata ( batata, ervilhas, brócolos e couve de bruxelas)	642	153	1,8	0,2	1,2	0,0
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) / Profiteroles	238 /389	57/93	0/0	0/0	13/ 22	0/0
Quinta-feira	Sopa	0						
	Prato	Feriado						
	Sobremesa	0						
Sexta-feira	Sopa	Brócolos	212	51	2	0,3	2,1	0,1
	Prato	Macarrão gratinado com soja e vegetais ( brócolos, cenoura , alho francês) e salada de alface, milho e pimento	625	149	4,5	1,6	2,5	0,6
	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.

Eurest **FOOD with PURPOSE**

