

EMENTA SEMANAL



Declaração nutricional 100g

Semana de 14 a 18 de Outubro de 2024

			VE Kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Juliana de legumes	218	52	1	0,2	2,1	0,1
	Prato	Almôndegas de aves no forno com molho de tomate e orégãos, massa esparguete e salada de alface, couve roxa e cenoura	667	159	2,9	0,6	1,3	0,5
	Sobremesa	Kiwi/Laranja/Pera	238	57	0	0	13	0,0
Terça-Feira	Sopa	Creme de ervilhas	250	60	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Filete de bacalhau dourado no forno, batata corada com orégãos e legumes salteados (brócolos, couve de bruxelas e couve flor)	354	85	2	1	1	1,3
	Sobremesa	Pera/Maçã/Kiwi	238	57	0	0	13	0,0
Quarta-feira	Sopa	Alho francês e cenoura	228	54	1	0,2	1,9	0,1
	Prato	Frango assado com tomilho, feijão preto estufado, arroz branco e legumes assados (curgete, beringela e abóbora)	661	158	2,6	0,4	1,6	0,2
	Sobremesa	Banana/Maçã/Laranja	238	57	0	0	13	0,0
Quinta-feira	Sopa	Brócolos	226	54	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Ovos mexidos com salsicha de soja, arroz de feijão manteiga e salada de alface, tomate e beterraba	733	175	3,2	0,4	2,9	0,2
	Sobremesa	Laranja/Pera/Kiwi	238	57	0	0	13	0,0
Sexta-feira	Sopa	Feijão verde	198	47	2	0,2	2,2	0,2
	Prato	Bifanas de porco estufadas, massa laços e salada de pepino, pimento e milho	634	151	4,4	0,3	0,9	0,7
	Sobremesa	Maçã/Banana/Pera	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 avoided | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.

EMENTA SEMANAL



Declaração nutricional 100g

Semana de 14 a 18 de Outubro de 2024

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açú g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Juliana de legumes	218	52	1	0,2	2,1	0,1
	Prato	Hambúrguer de vegetais no forno com molho de tomate e orégãos, massa esparguete e salada de alface, couve roxa e cenoura	716	171	9,7	1,5	2,0	0,2
	Sobremesa	Kiwi/Laranja/Pera	238	57	0	0	13	0,0
Terça-Feira	Sopa	Creme de ervilhas	250	60	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Filete de tofu dourado no forno, batata corada com orégãos e legumes salteados (brócolos, couve de bruxelas e couve flor)	760	182	6	1	2	0,2
	Sobremesa	Pera/Maçã/Kiwi	238	57	0	0	13	0,0
Quarta-feira	Sopa	Alho francês e cenoura	228	54	1	0,2	1,9	0,1
	Prato	Rojões de soja com feijão preto estufado, arroz branco e legumes assados (curgete, beringela e abóbora)	642	153	1,8	0,2	1,2	0,0
	Sobremesa	Banana/Maçã/Laranja	238	57	0	0	13	0,0
Quinta-feira	Sopa	Brócolos	226	54	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Ovos mexidos com salsicha de soja, arroz de feijão manteiga e salada de alface, tomate e beterraba	733	175	3,2	0,4	2,9	0,2
	Sobremesa	Laranja/Pera/Kiwi	238	57	0	0	13	0,0
Sexta-feira	Sopa	Feijão verde	198	47	2	0,2	2,2	0,2
	Prato	Tirinhas de seitan estufadas (louro, tomate) , massa laços e salada de pepino, pimento e milho	280	67	1,3	0,2	1,8	0,2
	Sobremesa	Maçã/Banana/Pera	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.