



EMENTA

19 A 23 ABRIL 2021

VE KJ VE LIP AG. AÇÚC SAL
KCAL G SAT G G
DECLARAÇÃO NUTRICIONAL 100G

			VE KJ	VE KCAL	LIP G	AG. SAT G	AÇÚC G	SAL G
SEGUNDA-FEIRA	SOPA	Couve-flor	226	54	2	0.3	1.8	0.1 11
	PRATO	Potas à Romana com arroz de tomate e salada de alface e cenoura	483	115	3	0.3	0.8	0.3 34
	VEGETARIANO	Paella de legumes	623	149	3	0.5	1.7	0.2 27
	SOBREMESA	Fruta	238	57	0	0	13	0.0 17.6
TERÇA-FEIRA	SOPA	Creme de ervilhas	246	59	2	0.3	1.9	0.1 17
	PRATO	Frango estufado à primavera (ervilha e cenoura) com esparguete	579	138	2	0.4	1.7	0.2 37
	VEGETARIANO	Bolonhesa de soja com ervilha e cenoura	690	165	3	0.3	2.3	0.2 20
	SOBREMESA	Fruta	238	57	0	0	13	0.0 17.6
QUARTA-FEIRA	SOPA	Grão com espinafres	450	108	3	0.4	2.1	0.2 20
	PRATO	Salada de cavala com batata aos cubos, cenoura e jardineira de legumes	404	97	3	0.9	1.3	0.1 31
	VEGETARIANO	Estufadinho de legumes (grão, ervilha, tomate e cenoura) com batata	596	142	2	0.9	1.4	0.2 27
	SOBREMESA	Fruta	238	57	0	0	13	0.0 17.6
QUINTA-FEIRA	SOPA	Couve-coração	204	49	2	0.3	2.4	0.1 12
	PRATO	Bifinhos de porco com arroz de cenoura e salada em juliana de alface e beterraba	743	178	4	0.9	0.9	0.2 36
	VEGETARIANO	Hambúrguer de legumes com arroz de cenoura e salada em juliana de alface e beterraba	716	171	10	1.5	2.0	0.2 24
	SOBREMESA	Fruta ou Gelatina	238 / 389	57 / 93	0 / 0	0 / 0	13 / 22	0 / 0 18 / 16
SEXTA-FEIRA	SOPA	Canja	408	98	4	0.7	0.8	0.3 25
	PRATO	Massinha de bacalhau com cenoura, ervilha e tomate	619	148	2	0.2	1.6	1.8 45
	VEGETARIANO	Feijão preto com legumes (cenoura, ervilha e couve) com massa cotovelinhos	625	149	4	1.6	2.5	0.6 21
	SOBREMESA	Fruta	238	57	0	0	13	0.0 17.6

Alergénios Informe-se junto equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações. ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa

