

6 a 10 de Março

Declaração nutricional 100g

6 a 10 de Março			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Courgette e cenoura	92	22	1	0.2	2.2	0.1
	Prato	Picadinho de carne de vaca com cotovelinhos e salada de alface e cenoura	809	193	8.2	2.7	1.8	0.1
	Vegetariano	Soja com cotovelinhos e salada de alface, cenoura e cebola	497	119	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época (pão branco)	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Creme de couve-flor	242	58	1	0.2	1.6	0.1
	Prato	Filete de pescada com arroz e salada de alface	625	149	2	0	0	0.3
	Vegetariano	Arroz estufado com feijão encarnado e salada de alface	605	145	2	0.4	1.8	0.1
	Sobremesa	Fruta da época (broa de milho)	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Macedónia de legumes (ervilhas, nabo e feijão-verde)	114	27	1	0.1	1.0	0.1
	Prato	Panados de porco com esparguete e legumes salteados (cenoura e repolho)	667	159	2.7	0.4	2.0	0.2
	Vegetariano	Lentilhas estufadas com esparguete e legumes salteados (cenoura e repolho)	394	94	2	0	3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época (pão de alfarroba)	238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	Couve coração e cenoura	215	51	1	0.1	2.1	0.1
	Prato	Frango assado com arroz e salada de alface, pepino e cebola	373	89	0.0	0.0	1.2	0.1
	Vegetariano	Grão-de-bico estufado com arroz, ervilhas, cenoura e milho	444	106	1	0	2	0.1
	Sobremesa	Gelatina (pão doce)	389	93	0	0	22	0
Sexta-feira	Sopa	Creme de lentilhas com couve coração	501	120	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Tintureira estufada com arroz de ervilhas e salada de alface	704	168	4.2	0.7	0.7	0.3
	Vegetariano	Empadão de arroz de lentilhas de alface, pepino e cebola	583	139	2.3	0.3	1.3	0.2
	Sobremesa	Fruta da época (pão de água)	238	57	0	0	13	0.0





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 100 g/100 ml of product | This establishment has complaints book.