

EMENTA SEMANAL

18 a 22 de Setembro 2023

Declaração nutricional 100g

Segunda-feira

Terça-Feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

Sopa	Feijão verde e cenoura	198	47	2	0,2	2,2	0,2
Prato	Argolas de pota com arroz de tomate e salada de cenoura raspada e pepino	795	190	10,4	2,2	1,6	0,1
Vegetariano	Hamburguer vegetariano com arroz de tomate e salada de cenoura raspada e pepino	795	190	10,4	2,2	1,6	0,1
Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0,0

Sopa	Creme de legumes (chuchu, feijão-verde, nabo e cenoura)	215	51	1	0,1	2,1	0,1
Prato	Jardineira de frango (frango, batata, ervilhas, cenoura)	324	77	1,3	0,2	1,4	0,1
Vegetariano	Jardineira vegetariano (batata, feijão verde, ervilhas, cenoura)	324	77	1,3	0,2	1,4	0,1
Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0,0

Sopa	Abóbora com courgette	291	70	2	0,2	1,7	0,1
Prato	Filete de alabote frito com arroz de tomate e salada de couve roxa e alface	644	154	1,9	0,2	0,6	0,3
	Rissois vegetarianos com arroz de tomate e salada de couve roxa e alface	644	154	1,9	0,2	0,6	0,3
Sobremesa	Gelatina	389	93	0	0	22	0,0

Sopa	Abóbora com espinafres	246	59	1	0,2	2,0	0,1
Prato	Rolo de carne misto à fatia (vaca e porco) com molho de oregão, esparguete e salada de couve coração e cenoura raspada	675	161	6,2	1,4	2,2	0,2
Vegetariano	Tofu no forno com esparguete e salada de couve coração e cenoura raspada	675	161	6,2	1,4	2,2	0,2
Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0,0

Sopa	Brócolo e cenoura	403	96	1	0,2	2,3	0,1
Prato	Peru estufado com laranja, arroz de cenoura e salada de alface, rúcula e tomate	580	139	1,8	0,2	0,5	0,2
Vegetariano	Lentilhas estufadas, arroz de cenoura e salada de alface, rucula e tomate	580	139	1,8	0,2	0,5	0,2
Sobremesa	Fruta da época	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 100g/100ml of product

FOOD with PURPOSE