

EMENTA SEMANAL



BARCELOS
MUNICÍPIO



FOOD with PURPOSE

02 a 06 de Junho de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Creme de cenoura	380	91	2	0.3	1.1	0.1
	Prato	Panados de frango no forno com batata frita, salada de alface e tomate	685	164	3.9	1.1	2.0	0.2
	Vegetariano	Tofú panado com batata frita, salada de alface e tomate	497	119	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Bolo de chocolate	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Courgette	422	101	1.3	0.2	2.0	0.1
	Prato	Salada de feijão frade com atum ovo e molho verde, arroz branco	611	146	5.2	1.2	1.8	0.2
	Vegetariano	Salada de feijão frade com cogumelos e molho verde, arroz branco	583	139	2.3	0.3	1.3	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Couve-lombarda	485	116	2	0.3	2.1	0.1
	Prato	Cubinhos de porco estufados com massa esparguete, salada de couve roxa e cenoura raspada	644	154	1.9	0.2	0.6	0.3
	Vegetariano	Cubinhos de soja estufados com massa esparguete, salada de couve roxa e cenoura raspada	457	109	4.2	1.4	1.9	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	360	86	2	0	0	0.0
Quinta-feira	Sopa	Abóbora e grão de bico	236	56	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Filete de pescada no forno com arroz de tomate, salada de alface e pepino	656	157	3.6	0.9	0.4	0.2
	Vegetariano	Hambúrguer vegetariano no forno com arroz de tomate, salada de alface e pepino	394	94	2	0	3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Nabo	226	54	1	0.2	2.1	0.1
	Prato	Perú estufado com batata aos cubos, salada de cenoura e repolho	990	237	9	3.0	1.5	0.3
	Vegetariano	Seitan estufado com batata aos cubos, salada de cenoura e repolho	953	228	3.0	0.4	1.3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	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 excluded | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.