

EMENTA SEMANAL



BARCELOS
MUNICÍPIO



FOOD *with*
PURPOSE

09 a 13 de Junho de 2025

Declaração nutricional 100g

09 a 13 de Junho de 2025				VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g	
Segunda-feira	Sopa	Repolho		291	70	2	0.2	1.7	0.1	
	Prato	Calamares no forno com arroz de ervilhas, salada de tomate e milho		656	157	9.5	3.9	0.6	0.4	
	Vegetariano	Rissóis vegetarianos no forno com arroz de ervilhas, salada de tomate e milho		497	119	2	0	2	0.1	
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0	
Terça-Feira	Sopa	0		403	96	1	0.2	2.3	0.1	
	Prato	FERIADO		647	155	7	1.0	3.6	0.2	
	Vegetariano	0		352	84	1	0.3	1.3	0.1	
	Sobremesa	0		238	57	0	0	13	0.0	
Quarta-feira	Sopa	Cenoura		501	120	1	0.2	1.7	0.1	
	Prato	Lombo assado com macarrão e legumes salteados (courgette, repolho e cenoura)		616	147	3.3	0.6	1.6	0.2	
	Vegetariano	Tofú assado com macarrão e legumes salteados (courgette, repolho e cenoura)		410	98	1	0	2	0.1	
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0	
Quinta-feira	Sopa	Espinafres e feijão branco		189	45	1	0.2	2.0	0.1	
	Prato	Arroz de tamboril atomatado com salada de alface e couve roxa		548	131	1.7	0.3	0.9	0.3	
	Vegetariano	Arroz de cogumelos atomatado com salada de alface e couve roxa		739	177	3	0.0	3.0	0.3	
	Sobremesa	Iogurte		360	86	2	0	0	0.0	
Sexta-feira	Sopa		Abóbora		215	51	1	0.1	2.1	0.1
	Prato	Frango estufado com batata, cenoura e feijão verde		647	155	2.2	0.3	1.9	0.1	
	Vegetariano	Grão de bico estufado com batata, cenoura e feijão verde		337	81	7.1	1.0	2.9	0.5	
	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.