



SEMANA 23 a 27 de Março de 2026

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa	Creme brócolos	380	91	2	0.3	1.1	0.1
	Prato Principal	Cotovelinhos com almôndegas em molho de tomate, cenoura e feijão verde	685	164	3.9	1.1	2.0	0.2
	Vegetariano	Cotovelinhos com grão de bico, cenoura e feijão verde	498	131	2	1	13	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	301	59	0	0	13	0.0
3F	Sopa	Couve portuguesa	422	101	1.3	0.2	2.0	0.1
	Prato Principal	Rojoezinhos com batata aos cubos no forno e salada de cenoura raspada	611	146	5.2	1.2	1.8	0.2
	Vegetariano	Hamburguer de azeitona com batata aos cubos no forno e salada de cenoura raspada	579	138	4	1	13	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
4F	Sopa	Feijão verde	235.9	56.4	1.0	0.2	1.7	0.1
	Prato Principal	Filete de pescada no forno com arroz de tomate, salada de milho e couve roxa	655.8	156.7	3.6	0.9	0.4	0.2
	Vegetariano	Rissóis vegetarianos com arroz de tomate, salada de milho e couve roxa	425.0	56.9	1.5	0.2	13.0	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	301.0	59.0	0.0	0.0	13.0	0.0
5F	Sopa	Abóbora e feijão branco	421.6	100.8	1.3	0.2	2.0	0.1
	Prato Principal	Arroz de aves (frango, peru) gratinado com salada de alface e cenoura	610.8	146.0	5.2	1.2	1.8	0.2
	Vegetariano	Arroz de cogumelos no forno com salada de alface e cenoura raspada	579.0	138.0	4.0	1.4	13.0	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	238.0	56.9	0.0	0.0	13.0	0.0
6F	Sopa	Nabo	422	101	1.3	0.2	2.0	0.1
	Prato Principal	Cavala estufada com laços coloridos e salada de alface e milho	611	146	5.2	1.2	1.8	0.2
	Vegetariano	Seitan estufada com laços coloridos e salada de alface e milho	579	138	4	1	13	0.2
	Sobremesa	Pão de Ló	331	57	2	1	13	0.1

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** Por favor, informe-se junto da nossa Equipa. Não é possível excluir o risco de contaminação cruzada neste restaurante. **Declaração nutricional** apresentada por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento dispõe de **Livro de Reclamações**. ASAE: Rua Rodrigo da Fonseca, 73 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.