



SEMANA 30 de Março a 3 de Abril de 2026

|    |                 |                                                                                      | Energia<br>(kj) | Energia<br>(Kcal) | Lípidos<br>(g) | Saturados<br>(g) | Açúcar<br>(g) | Sal<br>(g) |
|----|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------|----------------|------------------|---------------|------------|
| 2F | Sopa            | Creme de Legumes                                                                     | 380             | 91                | 2              | 0.3              | 1.1           | 0.1        |
|    | Prato Principal | Rissóis de pescada com arroz branco, salada de alface                                | 685             | 164               | 3.9            | 1.1              | 2.0           | 0.2        |
|    | Vegetariano     | Rissóis vegetarianos com arroz branco, salada de alface                              | 498             | 131               | 2              | 1                | 13            | 0.1        |
|    | Sobremesa       | Fruta da época                                                                       | 301             | 59                | 0              | 0                | 13            | 0.0        |
| 3F | Sopa            | Lentilhas                                                                            | 516             | 124               | 2              | 0                | 2             | 0.1        |
|    | Prato Principal | Massada de aves no forno (cotovelinhos, frango, peru, cenoura e repolho)             | 661             | 158               | 4              | 1                | 1             | 0.2        |
|    | Vegetariano     | Massada de cogumelos no forno (cogumelos, cotovelinhos, cenoura e repolho)           | 414             | 171               | 10             | 1                | 2             | 0.2        |
|    | Sobremesa       | Fruta da época                                                                       | 238             | 57                | 0              | 0                | 13            | 0.0        |
| 4F | Sopa            | Abóbora                                                                              | 422             | 101               | 1.3            | 0.2              | 2.0           | 0.1        |
|    | Prato Principal | Filete de peixe vermelho com molho de cenoura, arroz e salada de couve roxa e pepino | 611             | 146               | 5.2            | 1.2              | 1.8           | 0.2        |
|    | Vegetariano     | Hamburguer vegetariana no forno com arroz e salada de couve roxa e pepino            | 583             | 139               | 2.3            | 0.3              | 1.3           | 0.2        |
|    | Sobremesa       | Gelatina                                                                             | 238             | 57                | 0              | 0                | 13            | 0.0        |
| 5F | Sopa            | Espinafres e grão                                                                    | 226             | 54                | 1              | 0.2              | 2.1           | 0.1        |
|    | Prato Principal | Rolo de carne com esparguete salteada, salada de alface e cenoura                    | 990             | 237               | 9              | 3.0              | 1.5           | 0.3        |
|    | Vegetariano     | Tofu no forno com esparguete salteada, salada de alface e cenoura                    | 700             | 228               | 3.0            | 0.4              | 1.3           | 0.1        |
|    | Sobremesa       | Fruta da época                                                                       | 238             | 57                | 0              | 0                | 13            | 0.0        |
| 6F | Sopa            | -                                                                                    | 236             | 56                | 1              | 0.2              | 1.7           | 0.1        |
|    | Prato Principal | SEXTA-FEIRA SANTA                                                                    | 656             | 157               | 3.6            | 0.9              | 0.4           | 0.2        |
|    | Vegetariano     | -                                                                                    | 394             | 94                | 2              | 0                | 3             | 0.1        |
|    | Sobremesa       | -                                                                                    | 301             | 59                | 0              | 0                | 13            | 0.0        |

**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**.