

# EMENTA SEMANAL



1 a 5 de Julho 2024

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	Douradinhos com arroz de ervilhas e salada de cenura raspada		806	193	5.8	0.2	0.8	0.1
	Vegetariano	Rissóis vegetarianos com arroz de ervilhas e salada de cenoura raspada		1120	268	8.7	1.3	3.2	0.2
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Creme de espinafres		250	60	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Frango estufado com massa cotovelos (frango, massa cotovelos, cenoura e feijão verde)		673	161	2.8	0.5	0.8	0.3
	Vegetariano	Seitan estufado com massa cotovelos (seitan, cotovelinhos, cenoura e feijão verde)		517	124	1.8	0.3	1.1	0.1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Grão-de-bico		485	116	2.2	0.3	2.1	0.1
	Prato	Filetes com molho de cenoura, arroz de tomate e salada de alface		464	111	3	0	1	0.2
	Vegetariano	Cogumelos no forno com molho de cenoura, arroz de tomate e salada de alface		810	194	4	1.4	2.4	1.2
	Sobremesa	logurte		389	93	0	0	22	0.0
Quinta-feira	Sopa	Creme de legumes		236	56	1.0	0.2	1.7	0.1
	Prato	Arroz de aves no forno (frango, peru, chouriço) com salada de cenoura e couve roxa		630	151	4.8	1.5	0.9	0.2
	Vegetariano	Arroz de açafrão e tofu no forno com salada de cenoura e couve roxa		841	201	1	0.7	1.0	0.2
	Sobremesa	Fruta da época		539	129	1	0	11	0.2
Sexta-feira	Sopa	Couve-coração		226	54	1.2	0.2	2.1	0.1
	Prato	Rolo de carne misto,esparguete e salada de alface		937	224	3.0	0.4	0.9	0.2
	Vegetariano	Salsicha vegetariana estufada, esparguete e salada alface		453	108	3	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0



Alergénios, infirmos, por lista, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as intolerâncias criadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g (100ml) de produto. Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigues da Fonseca 71, 4290-066 Lisboa

Adicionalmente, pode ser acessado através do nosso site. Para mais informações de este restaurante com nut de exclusão. Nutricional adaptado e presente por

Eurest PURPOSE