SEMANA 21 a 25 Setembro

			Energia	Energia	Lipidos (g)	Saturados	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	**Sopa**	Abóbora com feijão encarnado	427	102	1	0	2	0
	Prato Principal	Douradinhos no forno com arroz de ervilhas. Salada de beterraba, cenoura e cebola	857	205	3	1	1	0
	Vegetariano	Seitan no forno com arroz de ervilhas. Salada de beterraba, cenoura e cebola	480	115	4	1	3	1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
3F	**Sopa**	Couve flor e grão	495	118	2	0	2	0
	Prato Principal	Perna de frango no forno com orégãos e massa de laços salteado. Salada de tomate, milho e cebola	766	183	3	1	1	0
	Vegetariano	Hambúrguer de azeitona com laços. Salada de tomate, milho e cebola	560	134	2	0	2	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
4F	**Sopa**	Alho francês	274	65	1	0	2	0
	Prato Principal	Paloco com grão-de-bico (batata, paloco, ovo e grão-de-bico). Salada de couve roxa, alface e cebola	515	123	3	1	1	1
	Vegetariano	Tofu à Gomes de Sá (batata, tofu, grão-de-bico, cebola e salsa). Salada de couve roxa, alface e cebola	364	87	5	1	1	0
	Sobremesa	Fruta da época ou gelatina	238/389	57/93	0/0	0/0	13/22	0/0
5F	**Sopa**	Couve coração	223	53	1	0	2	0
	Prato Principal	Chili (carne picada de vaca, feijão encarnado) com arroz Salada de alface, couve roxa, milho	997	238	5	1	3	0
	Vegetariano	Chili vegetarino (lentilhas, feijão vermelho, cenoura) com arroz branco Salada de alface, couve roxa, milho	1099	263	3	0	3	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
6F	**Sopa**	Couve-lombarda e ervilhas	325	78	2	0	1	0
	Prato Principal	Macarronete guarnecido com Ovos mexidos, cogumelos e ervilha. Salada de couve roxa, pepino e cenoura	799	191	7	1	1	0
	Vegetariano	Salada de cogumelos e ervilhas com macarronete. Salada de couve roxa, pepino e cenoura	456	109	1	0	3	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alergénios**: 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**.