SEMANA 28 Setembro a 2 Outul 2025

			Energia (ki)	Energia (Kcal)	Lipidos (g)	Saturados (g)	Açúcar	Sal (g)
2F	**Sopa**	Creme de brócolos com grão-de-bico	495	118	2	0	2	0
	Prato Principal	Esparguete à bolonhesa (carne picada de vaca com esparguete). Salada de tomate, alface e cenoura	986	236	9	3	2	0
	Vegetariano	Bolonhesa de soja. Salada de tomate, alface e cenoura	1097	262	3	0	2	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
3F	**Sopa**	Feijão verde	209	50	1	0	2	0
	Prato Principal	Arroz de Tamboril (tamboril estufado). Salada de alface, cebola e cenoura	623	149	1	0	1	0
	Vegetariano	Arroz com tofu estufado. Salada de alface, cebola e cenoura	695	166	3	0	1	0
	Sobremesa	Fruta da época ou gelatina	238/389	57/93	0/0	0/0	13/22	0/0
4F	**Sopa**	Couve coração e feijão branco	365	87	1	0	2	0
	Prato Principal	Massa de aves à portuguesa (macarronete, frango, peru, couve). Salada de tomate, cenoura e cebola	574	137	2	0	1	0
	Vegetariano	Massa de legumes. Salada de tomate, cenoura e cebola	615	147	2	0	3	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
5F	**Sopa**	Abóbora	210	50	1	0	2	0
	Prato Principal	Medalhões de pescada no forno com Salada Russa. Salada de pepino, alface e cenoura	358	86	2	0	1	0
	Vegetariano	Seitan estufados com salada russa. Salada de pepino, alface e cenoura	480	115	4	1	3	1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
6F	**Sopa**	Couve Lombarda com grão	495	118	2	0	2	0
	Prato Principal	Pá de porco assada com arroz de ervilhas. Salada de pepino, alface e cenoura	743	178	4	1	0	0
	Vegetariano	Hambúrguer de espinafres com arroz de ervilhas. Salada de pepino, alface e cenoura	560	134	2	0	2	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**.