

EMENTA SEMANAL

4 a 8 de dezembro

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	Macedónia de legumes (cenoura e ervilhas)		114	27	1	0.1	1.0	0.1
	Prato	Ovos mexidos com cogumelos e laços tricolor. Salada de alface, cebola e tomate		854	204	7	1.5	0.5	0.4
	Vegetariano	Salada de cogumelos e ervilhas com laços. Salada de alface, cebola e tomate		543	130	1	0.1	2.7	0.2
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Creme de couve-flor		246	59	1	0.2	2.0	0.1
	Prato	Salada de atum com feijão-frade e batata. Salada de cenoura raspada, pepino e alface		770	184	4	1	1	0.1
	Vegetariano	Salada de feijão-frade e batata. Salada de cenoura raspada, pepino e alface		533	127	1	0.3	1.5	0.0
	Sobremesa	Fruta da época / Gelatina		238 / 389	57 / 93	0 / 0	0 / 0	13 / 22	0 / 0
Quarta-feira	Sopa	Feijão-verde		198	47	2	0.2	2.2	0.2
	Prato	Cubinhos de porco estufados com esparguete. Salada de pepino, cenoura e alface		755	181	4.1	1.0	1.3	0.2
	Vegetariano	Bolonesa de soja. Salada de pepino, cenoura e alface		497	119	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	Couve-lombarda		202	48	1	0.1	1.8	0.1
	Prato	Medalhões de pescada estufados com arroz. Salada de alface, cenoura e cebola		644	154	1.9	0.2	0.6	0.3
	Vegetariano	Tofu estufado com arroz. Salada de alface, cenoura e cebola		760	182	6	0.7	1.5	0.2
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	0							
	Prato	Feriado							
	Vegetariano	0							
	Sobremesa	0							



Alérgicos, informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE, Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa. Allergens: Please see our parameters and/or sign. Cross-contaminations in the restaurant can not be excluded. Nutritional information presented per 100g/100ml of product. This establishment has compliance food.

FOOD
EUREST PURPOSE