



SEMANA 13 a 17 Abril 2026

| | | | Energia (kj) | Energia (Kcal) | Lípidos (g) | Saturados (g) | Açúcar (g) | Sal (g) |
|----|-----------------|---|---|----------------|-------------|---------------|------------|---------|
| 2F | Sopa | Creme brócolos | 380.2 | 90.9 | 2.1 | 0.3 | 1.1 | 0.1 |
| | Prato Principal | Almôndegas mistas com esparguete, salada de cenoura e couve roxa | 685.0 | 163.7 | 3.9 | 1.1 | 2.0 | 0.2 |
| | | Vegetariano | Soja estufada com esparguete, salada de cenoura e couve roxa | 498.0 | 131.0 | 2.0 | 0.5 | 13.0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 301.0 | 59.0 | 0.0 | 0.0 | 13.0 | 0.0 |
| 3F | Sopa | Ervilhas | 201 | 52 | 1 | 0.2 | 2.1 | 0.1 |
| | Prato Principal | Filete de peixe vermelho dourado com arroz de tomate e salada de alface | 552 | 164 | 3.9 | 1.1 | 2.0 | 0.2 |
| | | Vegetariano | Rissoles vegetarianos com arroz de tomate e salada de alface | 405 | 57 | 0 | 0 | 13 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0.0 |
| 4F | Sopa | Feijão verde | 484.8 | 115.9 | 2.2 | 0.3 | 2.1 | 0.1 |
| | Prato Principal | Massa à lavrador (porco, chouriço, macarronete, cenoura, feijão vermelho, lombarda) | 644.0 | 153.9 | 1.9 | 0.2 | 0.6 | 0.3 |
| | | Vegetariano | Massa à lavrador vegetariana (cogumelos, macarronete, cenoura, feijão vermelho, lombarda) | 681.0 | 110.0 | 1.8 | 1.3 | 1.7 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 278.0 | 59.0 | 0.0 | 0.0 | 13.0 | 0.0 |
| 5F | Sopa | Nabo | 235.9 | 56.4 | 1.0 | 0.2 | 1.7 | 0.1 |
| | Prato Principal | Arroz de salmão com salada de alface e beterraba | 655.8 | 156.7 | 3.6 | 0.9 | 0.4 | 0.2 |
| | | Vegetariano | Arroz de seitan no forno com salada de alface e beterraba | 425.0 | 56.9 | 1.5 | 0.2 | 13.0 |
| | Sobremesa | Gelatina | 301.0 | 59.0 | 0.0 | 0.0 | 13.0 | 0.0 |
| 6F | Sopa | Couve branca | 279.3 | 66.7 | 1.1 | 0.2 | 1.8 | 0.1 |
| | Prato Principal | Peru estufado com batata aos cubos C/ cenoura raspada e milho | 832.7 | 199.0 | 4.8 | 1.1 | 1.2 | 0.2 |
| | | Vegetariano | Tofú estufado com batata aos cubos, salada de cenoura e milho | 452.9 | 108.2 | 3.2 | 0.5 | 1.6 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238.0 | 56.9 | 0.0 | 0.0 | 13.0 | 0.0 |

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**.