

# EMENTA SEMANAL



BARCELLOS  
MUNICÍPIO

Declaração nutricional 100g

8 a 12 de Abril de 2024

Segunda-feira

Terça-Feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

	VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. g	Sat g	Açúc g	Sal g
--	----------	------------	----------	----------	----------	-----------	----------

<b>Sopa</b>	Creme de cenoura	114	27	1	0.1	1.0	0.1
<b>Prato</b>	Almondegas de aves com molho de tomate, esparguete e salada de alface	799	191	7	1	1	0.4
<b>Vegetariano</b>	Soja estufados, massa esparguete com salada de alface	583	139	2.3	0.3	1.3	0.2
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
<b>Sopa</b>	Feijão branco e couve-lombarda	515	123	2	0.4	2.1	0.1
<b>Prato</b>	Pescada à Gomes de sá (pescada, ovo, cenoura raspada e batata)	580	139	1.8	0.2	0.5	0.2
<b>Vegetariano</b>	Cogumelos à gomes de sá ( cogumelos, cenoura raspada e batata)	760	182	6	0.7	1.5	0.2
<b>Sobremesa</b>	Gelatina	238	57	0	0	13	0.0
<b>Sopa</b>	Creme de ervilhas	206	49	1	0.1	2.1	0.1
<b>Prato</b>	Frango assado com macarrão e legumes Salteados (courgette, milho e couve roxa)	647	155	7	1.0	3.6	0.2
<b>Vegetariano</b>	Seitan assado com macarrão e legumes Salteados (courgette, milho e couve roxa)	352	84	1	0.3	1.3	0.1
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
<b>Sopa</b>	Courgette	378	90	1	0.1	2.1	0.1
<b>Prato</b>	Filetes de pescada com molho de cenoura com arroz alegre (ervilha, milho e cenoura)	795	190	10.4	0.2	2.2	0.1
<b>Vegetariano</b>	Salteado de tofu com arroz alegre (ervilha, milho e cenoura)	139	33	0.3	0.1	2.7	0.3
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
<b>Sopa</b>	Abóbora	210	50	1	0.2	1.7	0.1
<b>Prato</b>	Feijoada à brasileira (feijão preto, porco, frango, chouriço, repolho e cenoura) e arroz	554	132	5.3	1.0	1.1	0.1
<b>Vegetariano</b>	Feijoada à brasileira Vegetariana (feijão preto, repolho e cenoura)	583	139	2.3	0.3	1.3	0.2
<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	389	93	0	0	22	0.0



BARCELLOS  
MUNICÍPIO

FOOD  
Eurest PURPOSE

Alergénios: Informe ao seu fazer junte da nossa equipa. Não poderão ser substituídos os ingredientes do restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento obedece às regras de Etiro de Restaurações ASAE. Rua Rodrigues Pimenta 73, 4480-005 Lamego.

Alergénios: Informer à notre équipe au sujet des ingrédients du restaurant. Déclaration nutritionnelle par 100g/100ml de produit. Ce établissement respecte les règles de l'ASAE. Rua Rodrigues Pimenta 73, 4480-005 Lamego.