

# EMENTA SEMANAL



BARCELOS EUREST  
MUNICÍPIO



FOOD with  
PURPOSE

9 a 13 de Dezembro de 2024

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	Repolho e feijão vermelho		218	52	1	0,2	2,1	0,1
	Prato	Almôndegas de aves no forno, esparguete e salada de cenoura raspada		685	164	3,9	1,1	2,0	0,2
	Vegetariano	Rissois Vegetarianos, esparguete e salada de cenoura raspada		497	119	2	0	2	0,1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0,0
Terça-Feira	Sopa	Feijão branco		199	47	3	0,5	3,0	0,4
	Prato	Filete de pescada com molho de cenoura, arroz branco e salada de cenoura raspada e couve coração		575	137	2,8	0,5	0,9	0,7
	Vegetariano	Cogumelos estufados, arroz branco com cenoura raspada e couve coração		500	119	3	0,4	1,2	0,1
	Sobremesa	Gelatina		389	93	0	0	22	0,0
Quarta-feira	Sopa	Cenoura		515	123	2	0,4	2,1	0,1
	Prato	Feijoada à brasileira (porco, frango, feijão preto, repolho, cenoura)		656	157	3,6	0,9	0,4	0,2
	Vegetariano	Feijoada à brasileira vegetariana (cogumelos, feijão preto, repolho, cenoura)		350	84	2	0,3	0,7	0,1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0,0
Quinta-feira	Sopa	Abóbora		210	50	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Tintureira estufada com arroz branco e legumes salteados (repolho, cenoura e lombarda)		434	104	1,5	0,2	0,8	0,2
	Vegetariano	Soja estufada com arroz branco e legumes salteados (repolho, cenoura e lombarda)		305	73	2	1	1	0,1
	Sobremesa	Gelatina		389	93	0	0	22	0,0
Sexta-feira	Sopa	Espinafres		223	53	2,0	0,3	2,1	0,2
	Prato	Peru assado com batata assada, arroz e salada de cenoura raspada alface e milho		609	146	5	1	2	0,1
	Vegetariano	Seitan assado com batata assada, arroz e salada de cenoura raspada alface e milho		558	133	4	1,1	2,0	0,2
	Sobremesa	Doce de natal		238	57	0	0	13	0,0

Sobremesa sujeita a alteração, para uma boa gestão de maturação da fruta da época, e redução do desperdício alimentar. | Alergénios, 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 | Dessert subject to change, for good management of the ripening of seasonal fruit, and reduction of food waste. | Allergens: Please get more information with our staff. Cross contaminations in the restaurant can not be excluded | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.