

# EMENTA SEMANAL



BARCELOS  
MUNICÍPIO

Declaração nutricional 100g

13 a 17 de Janeiro 2025

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Courgette	279	67	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Bolonhesa de atum, cotovelinhos com legumes (ervilhas, feijão-verde e cenoura)	598	143	2.8	0.6	1.4	0.4
	Vegetariano	Bolonhesa de soja fina, cotovelinhos com legumes (ervilhas, feijão-verde e cenoura)	571	137	0.9	0.1	1.4	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Creme de brocolos	189	45	1	0.2	2.0	0.1
	Prato	Rojões de porco com batata aos cubos, salada de cenoura raspada	753	180	6.1	1.0	1.2	0.2
	Vegetariano	Seitan salteado com batata aos cubos e salada de cenoura raspada	413	99	4	1	3	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Abóbora e grão	206	49	1	0.1	2.1	0.1
	Prato	Pataniscas de bacalhau com arroz de tomate e salada de alface	545	130	2.1	0.4	1.2	0.2
	Vegetariano	Hambúrguer vegetariano, arroz de tomate e salada de alface	410	98	1	0	2	0.1
	Sobremesa	Gelatina	238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	Alface	403	96	1	0.2	2.3	0.1
	Prato	Massa à lavrador (macarronete, porco, frango, repolho e cenoura)	625	149	2	0	0	0.3
	Vegetariano	Massa à lavrador vegetariana (macarronete, cogumelos, repolho e cenoura)	583	139	2.3	0.3	1.3	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	360	86	2	0	0	0.0
Sexta-feira	Sopa	Feijão vermelho	210	50	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Peru assado no forno com laranja, arroz de cenoura e salada de alface e milho	807	193	13	2.6	1.9	0.5
	Vegetariano	Courgette assado no forno com laranja, arroz de cenoura e salada de alface e milho	739	177	3	0.0	3.0	0.3
	Sobremesa	Fruta da época	389	93	0	0	22	0.0



\*Alérgicos, infante em particular, junta da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as restrições transmitidas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 4750-006 Lisboa

Allergies: Please refer to our menu card for more information. We do not have a dedicated allergen-free kitchen. Nutritional information provided per 100g/100ml of product.

FOOD  
EUREST PURPOSE