

EMENTA SEMANAL



BARCELOS
MUNICÍPIO



FOOD *with*
PURPOSE

7 a 11 de Julho 2025

Declaração nutricional 100g

7 a 11 de Julho 2025			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Creme de abóbora	291	70	2	0.2	1.7	0.1
	Prato	Picadinho de carne picada com molho de tomate, cotovelinhos e salada de alface	656	157	9.5	3.9	0.6	0.4
	Vegetariano	Soja estufada com molho de tomate, cotovelinhos e salada de alface	497	119	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Feijão branco e couve-lombarda	403	96	1	0.2	2.3	0.1
	Prato	Pescada à brás (pescada, ovo, batata palha) com salada de cenoura raspada	647	155	7	1.0	3.6	0.2
	Vegetariano	Alho francês à brás (alho francês, batata palha) com salada de cenoura raspada	352	84	1	0.3	1.3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Cenoura	501	120	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Frango assado com esparguete e salada de couve roxa e milho	616	147	3.3	0.6	1.6	0.2
	Vegetariano	Tofú assado com esparguete e salada de couve roxa milho	410	98	1	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	Repolho	189	45	1	0.2	2.0	0.1
	Prato	Arroz de potas com salada de alface e tomate	548	131	1.7	0.3	0.9	0.3
	Vegetariano	Salteado de seitan com arroz e salada de alface e tomate	739	177	3	0.0	3.0	0.3
	Sobremesa	Gelatina	360	86	2	0	0	0.0
Sexta-feira	Sopa	Cenoura e alho francês	215	51	1	0.1	2.1	0.1
	Prato	Massa à lavrador (feijão vermelho, porco, frango, repolho e cenoura)	647	155	2.2	0.3	1.9	0.1
	Vegetariano	Massa à lavrador vegetariano (feijão vermelho, repolho e cenoura)	337	81	7.1	1.0	2.9	0.5
	Sobremesa	Fruta da época	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.