

EMENTA SEMANAL



BARCELOS
MUNICÍPIO



FOOD with
PURPOSE

28 a 31 de Julho 2025

Declaração nutricional 100g

VE
kj

VE
Kcal

Lip g

AG. Sat
g

Agúc
g

Sal
g

Segunda-feira

Sopa Couve portuguesa

224 53 1 0.2 2.1 0.1

Prato Argolas de pota, arroz de tomate e salada de cenoura raspada

797 191 6.6 1.3 1.0 0.4

Vegetariano Rissóis vegetarianos, arroz de tomate e salada de cenoura raspada

1120 268 8.7 1.3 3.2 0.2

Sobremesa Fruta da época

238 57 0 0 13 0.0

Terça-Feira

Sopa Courgete

189 45 1 0.2 2.0 0.1

Prato Carne de porco estufada com macarrão e salada de alface

695 166 5 1 2 0.1

Vegetariano Seitan estufado com macarrão e salada de alface

601 144 2 0 2 0.1

Sobremesa Fruta da época

389 93 0 0 22 0.0

Quarta-feira

Sopa Nabo

210 50 1 0.2 1.7 0.1

Prato Massa à lavrador (porco, frango, macarrão, feijão vermelho, repolho e cenoura)

923 221 4.6 1.1 0.3 0.2

Vegetariano Massa à lavrador Vegetariana(tofu, feijão vermelho, macarrão, repolho e cenoura)

632 151 4 0.5 0.5 0.2

Sobremesa Fruta da época

238 57 0 0 13 0.0

Quinta-feira

Sopa Lombarda

202 48 1 0.1 1.8 0.1

Prato Filete de pescada frito com arroz de tomate e salada de alface

464 111 3 0 1 0.2

Vegetariano Hamburguer vegetariano de azeitona, arroz de tomate e salada de alface

716 171 10 1.5 2.0 0.2

Sobremesa Gelatina

238 /389 57 /93 0 /0 0 /0 13 /22 0 /0

Sexta-feira

Sopa Cenoura

242 58 1 0.2 1.6 0.1

Prato Peru assado com arroz de ervilhas e legumes salteados (repolho, cenoura e courgette)

324 77 1 0 1 0.1

Vegetariano Abóbora assada com arroz de ervilhas e legumes salteados (repolho, cenoura e courgette)

208 50 1 0 7 0.2

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.

EMENTA SEMANAL



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.