

EMENTA SEMANAL



MUNICÍPIO



FOOD with
PURPOSE

4 a 8 de Agosto de 2025

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Repolho	218	52	1	0.2	2.1	0.1
	Prato	Cavala estufada com cotovelinhos e salada de alface e couve roxa	685	164	3.9	1.1	2.0	0.2
	Vegetariano	Soja estufada com cotovelinhos e salada de alface e couve roxa	497	119	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Cenoura	199	47	3	0.5	3.0	0.4
	Prato	Frango assado com arroz de ervilhas e salada de cenoura raspada	575	137	2.8	0.5	0.9	0.7
	Vegetariano	Tofu assado com arroz de ervilhas e salada de cenoura raspada	500	119	3	0.4	1.2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	389	93	0	0	22	0.0
Quarta-feira	Sopa	Feijão Branco	515	123	2	0.4	2.1	0.1
	Prato	Salada de batata com pescada, ovo cozido, cenoura e feijão verde	656	157	3.6	0.9	0.4	0.2
	Vegetariano	Salada de batata com salsicha vegetariana, cenoura e feijão verde	350	84	2	0.3	0.7	0.1
	Sobremesa	Gelatina	238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	Espinafres	210	50	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Feijoada à brasileira (porco, frango, feijão preto, repolho, cenoura) e arroz	434	104	1.5	0.2	0.8	0.2
	Vegetariano	Feijoada à brasileira vegetariana (feijão preto, soja, repolho, cenoura) e arroz	305	73	2	1	1	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	389	93	0	0	22	0.0
Sexta-feira	Sopa	Abobora	223	53	2.0	0.3	2.1	0.2
	Prato	Carne de porco estufada com macarrão e salada de alface e cenoura raspada	609	146	5	1	2	0.1
	Vegetariano	Seitan estufado com macarrão e salada de alface e cenoura raspada	558	133	4	1.1	2.0	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.