



SEMANA 06 a 10 de Outubro de 2025

			Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa	Couve lombarda	380	91	2	0.3	1.1	0.1
	Prato Principal	Douradinhos no forno com arroz branco e salada de alface	685	164	3.9	1.1	2.0	0.2
	Vegetariano	Rissóis vegetarianos com arroz branco e salada de alface	498	131	2	1	13	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	301	59	0	0	13	0.0
3F	Sopa	Abobora	422	101	1.3	0.2	2.0	0.1
	Prato Principal	Macarronada de carnes (macarrão, vaca, frango) e salada de tomate e couve roxa	611	146	5.2	1.2	1.8	0.2
	Vegetariano	Macarronada de seitan e cogumelos, salada de tomate e couve roxa	579	138	4	1	13	0.2
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0
4F	Sopa	Espinafres e grão de bico	485	116	2	0.3	2.1	0.1
	Prato Principal	Arroz de salmão com repolho e cenoura Salteado	644	154	1.9	0.2	0.6	0.3
	Vegetariano	Arroz de cogumelos com repolho e cenoura salteado	681	110	2	1	2	0.2
	Sobremesa	iogurte	278	59	0	0	13	0.0
5F	Sopa	Nabo	236	56	1	0.2	1.7	0.1
	Prato Principal	Rojõezinhos com batata aos cubos e salada de cenoura raspada e milho	656	157	3.6	0.9	0.4	0.2
	Vegetariano	Tófu estufado com batata aos cubos e salada de cenoura raspada e milho	425	57	2	0	13	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	301	59	0	0	13	0.0
6F	Sopa	Cenoura	226	54	1	0.2	2.1	0.1
	Prato Principal	Feijoada à brasileira (feijão preto, frango, porco, repolho, cenoura) e arroz	990	237	9	3.0	1.5	0.3
	Vegetariano	Feijoada à brasileira vegetariana (feijão preto, repolho e cenoura), arroz com salada de alface e milho	622	120	2	0	13	0.1
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0.0

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alergénios:** Por favor, informe-se junto da nossa Equipa. Não é possível excluir o risco de contaminação cruzada neste restaurante. **Declaração nutricional** apresentada por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento dispõe de **Livro de Reclamações**. ASAE: Rua Rodrigo da Fonseca, 73 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.