



SEMANA 20 a 24 de Outubro de 2025

			Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa	Creme de brócolos	235	57	4	1	2	0
	Prato Principal	Bolonhesa de atum, cotovelinhos com legumes (feijão-verde e cenoura)	691	171	4	1	2	0
		Bolonhesa de soja fina, cotovelinhos com legumes (feijão-verde e cenoura)	501	120	2	0	2	0
	Vegetariano							
	Sobremesa	Fruta da época	302	58	3	0	13	0
3F	Sopa	Feijão vermelho	380	91	2	0	1	0
	Prato Principal	Perna de frango assada no forno com laranja, esparguete salteada e salada de alface e milho	698	167	3	1	1	0
		Courgette assada no forno com laranja, esparguete salteada e salada de alface e milho	716	171	10	1	2	0
	Vegetariano							
	Sobremesa	Fruta da época	278	59	0	0	13	0
4F	Sopa	Repolho	516	124	2	0	2	0
	Prato Principal	Filete de pescada panado no forno com limão e salsa, arroz, courgette e feijão verde salteado	661	158	4	1	1	0
		Hamburguer de espinafres no forno, arroz, courgette e feijão verde salteado	414	171	10	1	2	0
	Vegetariano							
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
5F	Sopa	Nabiças	291	70	2	0	2	0
	Prato Principal	Jardineira de carnes (porco, vaca, batata, cenoura e ervilhas)	923	221	5	1	0	0
		Jardineira vegetariana (cogumelos, batata, cenoura e ervilhas)	453	108	3	0	2	0
	Vegetariano							
	Sobremesa	Fruta da época	302	58	3	0	13	0
6F	Sopa	Abobora	206	49	1	0	2	0
	Prato Principal	Pataniscas de paloco, arroz de tomate e salada de alface	795	190	10	2	2	0
		Pataniscas de legumes, arroz de tomate e salada de alface	139	33	0	0	3	0
	Vegetariano							
	Sobremesa	gelatina	278	59	0	0	13	0

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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**.