

EMENTA SEMANAL

EB23 +S -Semana de 01 a 05 de Julho de 2024

Declaração nutricional 100g

			VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Segunda-feira	Sopa	Repolho	206	49	1	0,1	2,1	0,1
	Prato	Bacalhau com natas (bacalhau, batata e natas) e salada de alface, pepino e milho	497	119	5	3	2	0,1
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Terça-Feira	Sopa	Cenoura	199	47	3	0,5	3,0	0,4
	Prato	Rolo de carne misto (à fatia) aromatizado com orégãos, massa esparguete e legumes cozidos (feijão verde, couve flor e cenoura)	737	176	6,9	2,1	1,6	0,5
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Quarta-feira	Sopa	Alho francês e grão-de-bico	437	104	2	0,2	2,3	0,1
	Prato	Filete de tilápia no forno com tomate, cebola , arroz e salada (tomate, pepino e couve roxa)	662	158	1,9	0,2	0,9	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) Profiteroles	238 / 827	57 / 198	0 /11	0 / 6	13 / 22	0 / 0,1
Quinta-feira	Sopa	Feijão-verde	198	47	2	0,2	2,2	0,2
	Prato	Frango assado com sumo de limão, massa laços salteada com cenoura e legumes cozidos(brócolos, couve de bruxelas e alho francês)	701	168	3	0	3	0,8
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0
Sexta-feira	Sopa	Couve-flor	242	58	1	0,2	1,6	0,1
	Prato	Ovos mexidos com cogumelos , arroz de ervilhas e salada de tomate , beterraba e cenoura	537	128	5	1,2	1,0	0,3
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	13	0

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 | *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.*

 **FOOD with
PURPOSE**

