



EMENTA SEMANAL

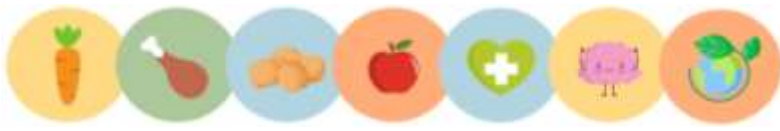
29 de Janeiro a 2 de Fevereiro

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|---|--------------|------------|----------|--------------|------------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Creme de abóbora | 291 | 70 | 2 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Esparguete à Bolonhesa | 899 | 215 | 8 | 3 | 2 | 0,1 |
| | Vegetariano | Bolonhesa de soja | 583 | 139 | 2,3 | 0,3 | 1,3 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, cenoura e tomate | 99 | 24 | 0,3 | 0,0 | 3,6 | 0,2 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Couve-lombarda | 202 | 48 | 1 | 0,1 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Calamares no forno com arroz de tomate e feijão | 797 | 191 | 6,6 | 1,3 | 1,0 | 0,4 |
| | Vegetariano | Arroz de tomate com feijão branco e couve coração | 408 | 98 | 1,7 | 0,3 | 2,1 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, couve roxa e cenoura | 49 | 12 | 0,3 | 0,3 | 0,8 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época/ Pudim de chocolate | 238 / 389 | 57 / 93 | 0 / 0 | 0 / 0 | 13 / 22 | 0 / 0 |
| Quarta-feira | Sopa | Alho francês com curgete | 228 | 54 | 1 | 0,2 | 1,9 | 0,1 |
| | Prato | Peru estufado com massa salteada em azeite | 373 | 89 | 0,0 | 0,0 | 1,2 | 0,1 |
| | Vegetariano | Massa à camponesa (com feijão vermelho) | 462 | 110 | 1 | 0,1 | 1,6 | 0,2 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e couve roxa | 89 | 21 | 0,3 | 0,1 | 3,6 | 0,2 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quinta-feira | Sopa | Creme de cenoura | 279 | 67 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Medalhões de pescada gratinados com arroz branco | 644 | 154 | 1,9 | 0,2 | 0,6 | 0,3 |
| | Vegetariano | Cogumelos estufados com grão-de-bico e arroz branco | 540 | 129 | 2 | 0,3 | 0,6 | 0,2 |
| | Legumes | Tomate, cebola e pepino | 49 | 12 | 0,3 | 0,3 | 0,8 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Sexta-feira | Sopa | Nabo com couve coração | 218 | 52 | 1 | 0,2 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Coxa de frango assada com macarronete | 697 | 167 | 3,5 | 0,6 | 1,1 | 0,2 |
| | Vegetariano | Tomatada de lentilhas com macarronete | 879 | 210 | 4,6 | 1,7 | 1,0 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, tomate e cenoura | 78 | 19 | 0,0 | 0,0 | 3,8 | 0,2 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



Allergias, intolerâncias, por favor, ler a nossa agenda. 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, 4250-061 Lisboa
Allergies: 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 a complaint book.



EMENTA SEMANAL

5 a 9 de Fevereiro

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|--|-----------|------------|----------|--------------|-----------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Espinafres | 202 | 48 | 2 | 0,3 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Barrinhas de pescada com arroz de ervilhas | 806 | 193 | 5,8 | 0,2 | 0,8 | 0,1 |
| | Vegetariano | Peixinhos da horta com arroz de ervilhas | 408 | 98 | 1,7 | 0,3 | 2,1 | 0,2 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e alface | 49 | 12 | 0,3 | 0,3 | 0,8 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Couve-flor e nabo | 215 | 51 | 1 | 0,1 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Jardineira de frango | 697 | 167 | 3,5 | 0,6 | 1,1 | 0,2 |
| | Vegetariano | Jardineira de soja e cogumelos | 879 | 210 | 4,6 | 1,7 | 1,0 | 0,2 |
| | Legumes | Beterraba, pepino e cenoura | 78 | 19 | 0,0 | 0,0 | 3,8 | 0,2 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quarta-feira | Sopa | Creme de agrião | 328 | 78 | 2 | 0,3 | 1,4 | 0,2 |
| | Prato | Salada de feijão-frade, atum e ovo com arroz branco | 628 | 150 | 5,5 | 0,9 | 1,2 | 0,3 |
| | Vegetariano | Salada de feijão-frade, arroz branco e salsa | 382 | 91 | 3 | 0,5 | 1,2 | 0,1 |
| | Legumes | Cebola, alface e tomate | 91 | 22 | 1 | 0 | 2 | 0 |
| | Sobremesa | Fruta da época/ logurte | 238 / 360 | 57 / 86 | 0 / 2 | 0 / 0 | 13 / 0 | 0 / 0 |
| Quinta-feira | Sopa | Juliana | 218 | 52 | 1 | 0,2 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Ovos mexidos com fiambre e massa salteada em azeite | 799 | 191 | 7 | 1 | 1 | 0,4 |
| | Vegetariano | Ovos mexidos vegan (tofu) com cogumelos e massa salteada em azeite | 533 | 127 | 1 | 0,3 | 1,5 | 0,0 |
| | Legumes | Beterraba, cenoura e feijão-verde | 70 | 17 | 0,3 | 0,1 | 1,7 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Sexta-feira | Sopa | Creme de brócolos | 226 | 54 | 1 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Feijoada de aves (frango e peru) com arroz branco | 749 | 179 | 3,8 | 0,8 | 2,2 | 0,1 |
| | Vegetariano | Feijoada de legumes com arroz branco | 433 | 104 | 3 | 0 | 2 | 0,1 |
| | Legumes | Alface, pepino e tomate | 70 | 17 | 0,3 | 0,1 | 1,7 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



Atenção, informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto. Esta informação dispõe de Livro de Reclamações ASAR Rua Eudélio da Paqueta 78, 4250-090 Lisboa
 Attention: Please get more information with our staff. Cross-contamination in the restaurant can not be excluded. Nutritional information per 100g/100ml of product. This establishment has a gluten-free kitchen.



EMENTA SEMANAL

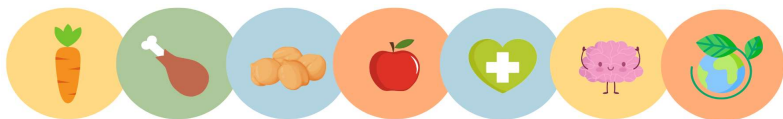
12 a 16 de Fevereiro

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|---|--------------|------------|----------|--------------|------------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Creme de cenoura | 279 | 67 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Almôndegas de vaca com esparguete | 698 | 167 | 3,2 | 1,1 | 1,4 | 0,2 |
| | Vegetariano | Esparguete salteada com lentilhas | 819 | 196 | 6 | 1,1 | 0,8 | 0,1 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e alface | 91 | 22 | 1 | 0 | 2 | 0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | | | | | | | |
| | Prato | | | | | | | |
| | Vegetariano | Feriado | | | | | | |
| | Legumes | | | | | | | |
| | Sobremesa | | | | | | | |
| Quarta-feira | Sopa | Grão-de-bico | 485 | 116 | 2 | 0,3 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Paloco à Brás | 576 | 138 | 6,4 | 1,0 | 3,6 | 1,2 |
| | Vegetariano | Legumes à Brás | 618 | 148 | 7 | 1 | 6 | 0,0 |
| | Legumes | Brócolos, alface e cenoura | 74 | 18 | 0,1 | 0,0 | 2,1 | 0,3 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quinta-feira | Sopa | Creme de curgete | 189 | 45 | 1 | 0,2 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Frango estufado com ervilhas e massa | 636 | 152 | 4 | 0,6 | 0,8 | 0,3 |
| | Vegetariano | Caril de grão-de-bico com massa | 356 | 85 | 6 | 0,8 | 0,6 | 0,0 |
| | Legumes | Alface, tomate e cebola | 86 | 21 | 0,3 | 0,1 | 2,6 | 0,1 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Sexta-feira | Sopa | Creme de curgete | 189 | 45 | 1 | 0,2 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Filete de tilápia no forno com arroz de cenoura | 636 | 152 | 4 | 0,6 | 0,8 | 0,3 |
| | Vegetariano | Arroz de legumes e salsicha vegetariana | 356 | 85 | 6 | 0,8 | 0,6 | 0,0 |
| | Legumes | Pepino, cenoura e cebola | 86 | 21 | 0,3 | 0,1 | 2,6 | 0,1 |
| | Sobremesa | Fruta da época/Pudim flan | 238 / 389 | 57 / 93 | 0 | 0 | 13 / 22 | 0 / 0 |



Atentamente, informo-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 Bojinger da Bonança 73, 4250-016 Lisboa.
Please refer to our restaurant staff. Cross-contaminations in the restaurant can not be excluded. Nutritional information presented per 100g/100ml of product. This establishment has a complaint book.



EMENTA SEMANAL

19 a 23 de Fevereiro

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|--|-----------|------------|----------|--------------|-----------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Feijão manteiga com couve-lombarda | 403 | 96 | 1 | 0,2 | 2,3 | 0,1 |
| | Prato | Panado de frango no forno com arroz de tomate | 841 | 201 | 6,4 | 1,2 | 0,9 | 0,3 |
| | Vegetariano | Arroz de tomate, feijão e legumes | 605 | 145 | 2 | 0,4 | 1,8 | 0,1 |
| | Legumes | Alface, cenoura e tomate | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Creme de abóbora | 291 | 70 | 2 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Tranches de pescada no forno com massa colorida (massa laços, cenoura, ervilhas e milho) | 574 | 137 | 3 | 0,3 | 1,1 | 0,2 |
| | Vegetariano | Massa colorida de ervilhas (massa laços, cenoura, ervilhas e milho) | 553 | 132 | 5 | 1,0 | 3,0 | 0,2 |
| | Legumes | | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época/ Gelatina | 238 / 389 | 57 / 93 | 0 / 0 | 0 / 0 | 13 / 22 | 0 / 0 |
| Quarta-feira | Sopa | Alho francês com ervilhas | 218 | 52 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Feijoada à brasileira com arroz branco | 412 | 98 | 3 | 1 | 2 | 0,1 |
| | Vegetariano | Feijoada de legumes com arroz branco | 484 | 116 | 2,0 | 0,2 | 2,4 | 0,2 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e couve roxa | 35 | 8 | 0,1 | 1,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quinta-feira | Sopa | Creme de couve-flor | 246 | 59 | 1 | 0,2 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Bolonhesa de cavala | 685 | 164 | 3,9 | 1,1 | 2,0 | 0,2 |
| | Vegetariano | Bolonhesa de lentilhas | 408 | 98 | 3 | 0,5 | 1,5 | 0,2 |
| | Legumes | Tomate, cebola e pepino | 25 | 6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Sexta-feira | Sopa | Nabo | 252 | 60 | 2 | 0,3 | 2,3 | 0,1 |
| | Prato | Arroz de aves (frango e pato) gratinado no forno | 740 | 177 | 6,0 | 1,8 | 0,1 | 0,4 |
| | Vegetariano | Arroz de ervilhas e cogumelos | 583 | 139 | 2 | 0,3 | 1,3 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, tomate e cenoura | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



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.



EMENTA SEMANAL

26 de Fevereiro a 2 de Março

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|--|--------------|------------|----------|--------------|------------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Couve-flor | 242 | 58 | 1 | 0,2 | 1,6 | 0,1 |
| | Prato | Arroz de atum | 661 | 158 | 6,1 | 0,9 | 1,2 | 0,4 |
| | Vegetariano | Arroz de soja, milho, ervilhas e cenoura | 706 | 169 | 1,1 | 0,1 | 1,3 | 0,1 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e alface | 70 | 17 | 0,3 | 0,1 | 1,7 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Creme de ervilhas e cenoura | 215 | 51 | 1 | 0,1 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Massa à Lavrador (porco e frango) | 833 | 199 | 7,3 | 2,2 | 2,0 | 0,5 |
| | Vegetariano | Massada vegetariana (feijão catarino) | 793 | 190 | 3 | 0,3 | 3,3 | 0,3 |
| | Legumes | Brócolos, alface e cenoura | 93 | 22 | 0,3 | 0,0 | 3,0 | 0,4 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quarta-feira | Sopa | Couve coração | 226 | 54 | 1 | 0,2 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Medalhões de pescada no forno com molho de cenoura e arroz | 644 | 154 | 3 | 0,4 | 0,4 | 0,3 |
| | Vegetariano | Lentilhas estufadas com arroz | 480 | 115 | 3 | 0,4 | 1,3 | 0,8 |
| | Legumes | Alface, tomate e cebola | 71 | 17 | 0,2 | 0,0 | 2,5 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época/Gelatina | 238 / 389 | 57 / 93 | 0 / 0 | 0 / 0 | 13 / 22 | 0 / 0 |
| Quinta-feira | Sopa | Creme de legumes | 236 | 56 | 1 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Frango estufado com esparguete | 376 | 90 | 1,8 | 0,3 | 1,2 | 0,2 |
| | Vegetariano | Macarronada de grão-de-bico com couve coração | 280 | 67 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,2 |
| | Legumes | Pepino, cenoura e cebola | 25 | 6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Sexta-feira | Sopa | Nabiça | 202 | 48 | 2 | 0,3 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Calamares no forno com arroz de cenoura | 797 | 191 | 6,6 | 1,3 | 1,0 | 0,4 |
| | Vegetariano | Estufado de legumes com soja e cogumelos e arroz | 280 | 67 | 1,3 | 0,2 | 1,8 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, tomate e cenoura | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



Alergias: 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 ASAR Rua Rodrigo da Fonseca 78, 4250-016 Lisboa
Allergies: 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 complaint book.



EMENTA SEMANAL

4 a 8 de Março

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|--|--------------|------------|----------|--------------|-----------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Creme de cenoura | 279 | 67 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Rolo de carne misto (vaca e porco) no forno e macarronete | 990 | 237 | 9 | 3,0 | 1,5 | 0,3 |
| | Vegetariano | Hambúguer vegetariano no forno com macarronete | 626 | 150 | 6 | 1,6 | 1,2 | 1,0 |
| | Legumes | Alface, cenoura e tomate | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Couve branca | 218 | 52 | 1 | 0,2 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Pescada gratinada com arroz de ervilhas | 523 | 125 | 2 | 0,2 | 1,1 | 0,3 |
| | Vegetariano | Legumes (espinafres e cenoura) no forno com ervilhas e arroz | 841 | 201 | 1 | 0,7 | 1,0 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, couve roxa e cenoura | 74 | 18 | 0,1 | 0,0 | 2,1 | 0,3 |
| | Sobremesa | Fruta da época/ logurte | 238 / 360 | 57 / 86 | 0 / 2 | 0 / 0 | 13 / 0 | 0 / 0 |
| Quarta-feira | Sopa | Creme de couve portuguesa com lentilhas | 437 | 104 | 2 | 0,2 | 2,3 | 0,1 |
| | Prato | Ranchinho (porco e frango) | 749 | 179 | 3,8 | 0,8 | 2,2 | 0,1 |
| | Vegetariano | Ranchinho vegetariano (macarronete, grão-de-bico e legumes) | 433 | 104 | 3 | 0 | 2 | 0,1 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e couve roxa | 35 | 8 | 0,1 | 1,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quinta-feira | Sopa | Cenoura com feijão manteiga | 378 | 90 | 1 | 0,2 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Douradinhos no forno com salada russa | 806 | 193 | 5,8 | 0,2 | 0,8 | 0,1 |
| | Vegetariano | Salada russa com cogumelos estufados | 638 | 152 | 11 | 2,0 | 0,9 | 0,4 |
| | Legumes | Tomate, cebola e pepino | 25 | 6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Sexta-feira | Sopa | Alho francês | 218 | 52 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Arroz à Valenciana (frango, salsicha, ervilha, cenoura, pimento) | 677 | 162 | 4 | 1,2 | 0,8 | 0,4 |
| | Vegetariano | Salteado de ervilhas e couve-flor com arroz de cenoura | 500 | 119 | 3 | 0,4 | 1,2 | 0,1 |
| | Legumes | Alface, tomate e cenoura | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



Alergias: Informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser realizadas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento dispõe de Livro de Registo de Alergias ASAR. Rua Rodrigo da Fonseca 73, 4250-096 Lisboa. Allergies: 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 a catering book.



EMENTA SEMANAL

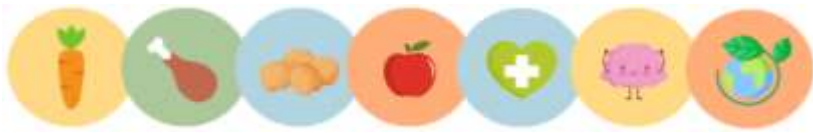
11 a 15 de Março

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|---|--------------|-------------|----------|--------------|-----------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Creme de abóbora com feijão-verde | 291 | 70 | 2 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Omelete de fiambre com arroz de ervilhas | 578 | 138 | 3,7 | 1,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Vegetariano | Estufado de ervilhas e espinafres com arroz | 533 | 127 | 1 | 0,0 | 0,9 | 0,1 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e alface | 70 | 17 | 0 | 0 | 3 | 0,1 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Brócolos | 226 | 54 | 1 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Salada de batata e salmão | 628 | 150 | 5,5 | 0,9 | 1,2 | 0,3 |
| | Vegetariano | Salada de batata e lentilhas | 382 | 91 | 3 | 0,5 | 1,2 | 0,1 |
| | Legumes | Beterraba, pepino e cenoura | 78 | 19 | 0,0 | 0,0 | 3,8 | 0,2 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quarta-feira | Sopa | Espinafres | 223 | 53 | 2,0 | 0,3 | 2,1 | 0,2 |
| | Prato | Chili de carne de vaca e soja com arroz | 881 | 211 | 11 | 3,5 | 3,5 | 0,2 |
| | Vegetariano | Chili de soja com arroz | 807 | 193 | 7 | 0,9 | 3,6 | 0,2 |
| | Legumes | Cebola, alface e tomate | 71 | 17 | 0,2 | 0,0 | 2,5 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quinta-feira | Sopa | Creme de ervilhas | 250 | 60 | 1 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Massada de cavala | 632 | 151 | 2 | 0,2 | 1,2 | 0,2 |
| | Vegetariano | Grão-de-bico de tomatada com massa | 584 | 140 | 3 | 1,1 | 2,5 | 1,1 |
| | Legumes | Beterraba, cenoura e feijão-verde | 78 | 19 | 0,0 | 0,0 | 3,8 | 0,2 |
| | Sobremesa | Fruta da época/ Pudim Flan | 238 / 590 | 57 / 141 | 0 / 5 | 0 / 2 | 13 /14 | 0 / 0 |
| Sexta-feira | Sopa | Aveludado de brócolos | 378 | 90 | 1 | 0,2 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Feijoada de aves (frango e peru) com arroz branco | 644 | 154 | 5 | 1 | 2 | 0 |
| | Vegetariano | Cogumelos salteados com feijão e arroz branco | 739 | 177 | 3 | 0,0 | 3,0 | 0,3 |
| | Legumes | Alface, pepino e tomate | 66 | 16 | 0 | 0 | 2 | 0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



Alergias, 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 Bojardo da Boavista 73, 4250-016 Lisboa. (Alergies: 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 a complaint book.



EMENTA SEMANAL

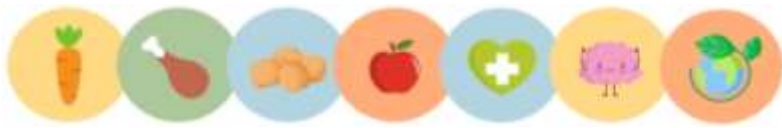
25 a 29 de Março

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|--|--------------|------------|----------|--------------|------------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Creme de abóbora | 291 | 70 | 2 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Esparguete à Bolonhesa (vaca e soja) | 899 | 215 | 8 | 3 | 2 | 0,1 |
| | Vegetariano | Bolonhesa de soja | 583 | 139 | 2,3 | 0,3 | 1,3 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, cenoura e tomate | 99 | 24 | 0,3 | 0,0 | 3,6 | 0,2 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0 |
| Terça-Feira | Sopa | Couve-lombarda | 202 | 48 | 1 | 0,1 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Arroz colorido de red-fish (milho, cenoura, ervilhas, pimento e ovo raspado) | 797 | 191 | 6,6 | 1,3 | 1,0 | 0,4 |
| | Vegetariano | Arroz de tomate com feijão branco e couve coração | 408 | 98 | 1,7 | 0,3 | 2,1 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, couve roxa e cenoura | 49 | 12 | 0,3 | 0,3 | 0,8 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13,0 | 0,0 |
| Quarta-feira | Sopa | Alho francês com curgete | 228 | 54 | 1 | 0,2 | 1,9 | 0,1 |
| | Prato | Peru estufado com massa salteada em azeite | 373 | 89 | 0,0 | 0,0 | 1,2 | 0,1 |
| | Vegetariano | Massa à camponesa (com feijão vermelho) | 462 | 110 | 1 | 0,1 | 1,6 | 0,2 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e couve roxa | 89 | 21 | 0,3 | 0,1 | 3,6 | 0,2 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13,0 | 0,0 |
| Quinta-feira | Sopa | Creme de cenoura | 279 | 67 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Medalhões de pescada gratinados com arroz branco | 644 | 154 | 1,9 | 0,2 | 0,6 | 0,3 |
| | Vegetariano | Cogumelos estufados com grão-de-bico e arroz branco | 540 | 129 | 2 | 0,3 | 0,6 | 0,2 |
| | Legumes | Tomate, cebola e pepino | 49 | 12 | 0,3 | 0,3 | 0,8 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época /Surpresa da Páscoa | 238 / 389 | 57 / 93 | 0 / 0 | 0 / 0 | 13 / 22 | 0 / 0 |
| Sexta-feira | Sopa | | | | | | | |
| | Prato | | | | | | | |
| | Vegetariano | FERIADO | | | | | | |
| | Legumes | | | | | | | |
| | Sobremesa | | | | | | | |



Alérgicos, infante-se, por favor, não se esqueça, não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g, 100ml ou por produto. Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ANAE Rua Rodrigo da Figueira 73, 1250-096 Lisboa. Allergies: Please get more information at our shop. Cross-contaminations in the restaurant can not be excluded. Nutritional information presented per 100g, 100ml of product. This establishment has compliance book.



EMENTA SEMANAL

1 a 5 de abril

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|--|-----------|------------|----------|--------------|-----------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | | | | | | | |
| | Prato | | | | | | | |
| | Vegetariano | FERIADO | | | | | | |
| | Legumes | | | | | | | |
| | Sobremesa | | | | | | | |
| Terça-Feira | Sopa | Espinafres | 215 | 51 | 1 | 0,1 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Barrinhas de pescada com arroz de ervilhas | 697 | 167 | 3,5 | 0,6 | 1,1 | 0,2 |
| | Vegetariano | Peixinhos da horta com arroz de ervilhas | 879 | 210 | 4,6 | 1,7 | 1,0 | 0,2 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e alface | 78 | 19 | 0,0 | 0,0 | 3,8 | 0,2 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quarta-feira | Sopa | Couve-flor e nabo | 328 | 78 | 2 | 0,3 | 1,4 | 0,2 |
| | Prato | Jardineira de frango | 628 | 150 | 5,5 | 0,9 | 1,2 | 0,3 |
| | Vegetariano | Jardineira de soja e cogumelos | 382 | 91 | 3 | 0,5 | 1,2 | 0,1 |
| | Legumes | Beterraba, pepino e cenoura | 91 | 22 | 1 | 0 | 2 | 0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quinta-feira | Sopa | Feijão vermelho | 218 | 52 | 1 | 0,2 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Filete de tilápia no forno com arroz de cenoura | 799 | 191 | 7 | 1 | 1 | 0,4 |
| | Vegetariano | Arroz de legumes e salsicha vegetariana | 533 | 127 | 1 | 0,3 | 1,5 | 0,0 |
| | Legumes | Cebola, alface e tomate | 70 | 17 | 0,3 | 0,1 | 1,7 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época/logurte | 238 / 360 | 57 / 86 | 0 / 2 | 0 / 0 | 13 / 0 | 0 / 0 |
| Sexta-feira | Sopa | Juliana | 226 | 54 | 1 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Ovos mexidos com fiambre e massa salteada em azeite | 749 | 179 | 3,8 | 0,8 | 2,2 | 0,1 |
| | Vegetariano | Ovos mexidos vegan (tofu) com cogumelos e massa salteada em azeite | 433 | 104 | 3 | 0 | 2 | 0,1 |
| | Legumes | Beterraba, cenoura e feijão-verde | 70 | 17 | 0,3 | 0,1 | 1,7 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



Allergien, informen sie, por favor, tutta da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto. Esta estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAR Rua Eudélio da Paes 78, 4250-090 Lisboa
 Allergien - Please get aware of our allergen with our staff. Cross contamination in the restaurant can not be excluded. Nutritional information presented per 100g/100ml of product. This establishment has a complaint book.





EMENTA SEMANAL

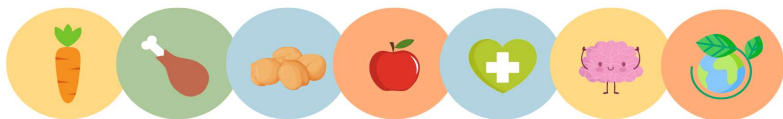
8 a 12 de abril

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|---|--------------|------------|----------|--------------|-----------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Creme de cenoura | 279 | 67 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Almôndegas de vaca com esparguete | 698 | 167 | 3,2 | 1,1 | 1,4 | 0,2 |
| | Vegetariano | Esparguete salteada com lentilhas | 819 | 196 | 6 | 1,1 | 0,8 | 0,1 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e alface | 91 | 22 | 1 | 0 | 2 | 0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Grão-de-bico | 485 | 116 | 2 | 0,3 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Paloco à Brás | 576 | 138 | 6,4 | 1,0 | 3,6 | 1,2 |
| | Vegetariano | Legumes à Brás | 618 | 148 | 7 | 1,0 | 5,5 | 0,0 |
| | Legumes | Brócolos, alface e cenoura | 74 | 18 | 0,1 | 0,0 | 2,1 | 0,3 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quarta-feira | Sopa | Couve coração | 226 | 54 | 1 | 0,2 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Frango estufado com ervilhas com massa | 656 | 157 | 3,6 | 0,9 | 0,4 | 0,2 |
| | Vegetariano | Caril de grão-de-bico com massa | 394 | 94 | 2 | 0 | 3 | 0,1 |
| | Legumes | Alface, tomate e cebola | 71 | 17 | 0,2 | 0,0 | 2,5 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época/Leite-creme | 238 / 360 | 57 / 86 | 0 / 2 | 0 / 0 | 13 / 0 | 0 / 0 |
| Quinta-feira | Sopa | Creme de curgete | 189 | 45 | 1 | 0,2 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Salada de feijão frade, atum e ovo com arroz branco | 636 | 152 | 4 | 0,6 | 0,8 | 0,3 |
| | Vegetariano | Salada de feijão frade e salsa com arroz branco | 356 | 85 | 6 | 0,8 | 0,6 | 0,0 |
| | Legumes | Pepino, cenoura e cebola | 86 | 21 | 0,3 | 0,1 | 2,6 | 0,1 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Sexta-feira | Sopa | Feijão branco e espinafres | 399 | 95 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,2 |
| | Prato | Lombo de porco assado com massa salteada | 632 | 151 | 2 | 0,2 | 1,2 | 0,2 |
| | Vegetariano | Estufado de cogumelos e feijão com massa salteada | 584 | 140 | 3 | 1,1 | 2,5 | 1,1 |
| | Legumes | Alface, tomate e cenoura | 70 | 17 | 0,3 | 0,1 | 1,7 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



Atentamente, informamos, por favor, que não podemos ser responsabilizados por contaminações cruzadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Bojingo da Bonança 73, 4250-096 Lisboa.
 (Attention: 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 a complaint book.



EMENTA SEMANAL

15 a 19 de abril

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|---|-----------|------------|----------|--------------|-----------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Feijão manteiga com couve-lombarda | 403 | 96 | 1 | 0,2 | 2,3 | 0,1 |
| | Prato | Panado de frango no forno com arroz de tomate | 841 | 201 | 6,4 | 1,2 | 0,9 | 0,3 |
| | Vegetariano | Arroz de tomate, feijão e legumes | 605 | 145 | 2 | 0,4 | 1,8 | 0,1 |
| | Legumes | Alface, cenoura e tomate | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Creme de abóbora | 291 | 70 | 2 | 0,2 | 1,7 | 0,1 |
| | Prato | Filete de paloco no forno com massa colorida (massa laços, cenoura, ervilhas e milho) | 574 | 137 | 3 | 0,3 | 1,1 | 0,2 |
| | Vegetariano | Massa colorida de ervilhas (massa laços, cenoura, ervilhas e milho) | 553 | 132 | 5 | 1,0 | 3,0 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, couve roxa e cenoura | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época/ Gelatina | 238 / 389 | 57 / 93 | 0 / 0 | 0 / 0 | 13 / 22 | 0 / 0 |
| Quarta-feira | Sopa | Alho francês com ervilhas | 218 | 52 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Feijoada à brasileira com arroz branco | 412 | 98 | 3 | 1 | 2 | 0,1 |
| | Vegetariano | Feijoada de legumes com arroz branco | 484 | 116 | 2,0 | 0,2 | 2,4 | 0,2 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e couve roxa | 35 | 8 | 0,1 | 1,0 | 0,0 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quinta-feira | Sopa | Creme de couve-flor | 246 | 59 | 1 | 0,2 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Bolonhesa de cavala | 685 | 164 | 3,9 | 1,1 | 2,0 | 0,2 |
| | Vegetariano | Bolonhesa de lentilhas | 408 | 98 | 3 | 0,5 | 1,5 | 0,2 |
| | Legumes | Tomate, cebola e pepino | 25 | 6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Sexta-feira | Sopa | Nabo | 252 | 60 | 2 | 0,3 | 2,3 | 0,1 |
| | Prato | Arroz de aves (frango e pato) gratinado no forno | 740 | 177 | 6 | 1,8 | 0,1 | 0,4 |
| | Vegetariano | Arroz de ervilhas e cogumelos | 583 | 139 | 2,3 | 0,3 | 1,3 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, tomate e cenoura | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



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.



EMENTA SEMANAL

22 a 26 de abril

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|--|--------------|------------|----------|--------------|------------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Couve-flor | 242 | 58 | 1 | 0,2 | 1,6 | 0,1 |
| | Prato | Arroz de atum | 661 | 158 | 6,1 | 0,9 | 1,2 | 0,4 |
| | Vegetariano | Arroz de soja, milho, ervilhas e cenoura | 706 | 169 | 1,1 | 0,1 | 1,3 | 0,1 |
| | Legumes | Cenoura, pepino e alface | 70 | 17 | 0,3 | 0,1 | 1,7 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Creme de ervilhas e cenoura | 215 | 51 | 1 | 0,1 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Massa à Lavrador (porco e frango) | 833 | 199 | 7,3 | 2,2 | 2,0 | 0,5 |
| | Vegetariano | Massada vegetariana (feijão catarino) | 793 | 190 | 3 | 0,3 | 3,3 | 0,3 |
| | Legumes | Brócolos, alface e cenoura | 93 | 22 | 0,3 | 0,0 | 3,0 | 0,4 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quarta-feira | Sopa | Couve coração | 226 | 54 | 1 | 0,2 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Medalhões de pescada no forno com molho de cenoura e arroz | 644 | 154 | 3 | 0,4 | 0,4 | 0,3 |
| | Vegetariano | Lentilhas estufadas com arroz | 480 | 115 | 3 | 0,4 | 1,3 | 0,8 |
| | Legumes | Alface, tomate e cebola | 71 | 17 | 0,2 | 0,0 | 2,5 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época/Pudim de morango | 238 / 389 | 57 / 93 | 0 / 0 | 0 / 0 | 13 / 22 | 0 / 0 |
| Quinta-feira | Sopa | | | | | | | |
| | Prato | | | | | | | |
| | Vegetariano | Feriado | | | | | | |
| | Legumes | | | | | | | |
| | Sobremesa | | | | | | | |
| Sexta-feira | Sopa | Espinafres | 202 | 48 | 2 | 0,3 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Calamares no forno com arroz de cenoura | 797 | 191 | 6,6 | 1,3 | 1,0 | 0,4 |
| | Vegetariano | Arroz de grão de bico, cenoura e ervilha | 280 | 67 | 1,3 | 0,2 | 1,8 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, tomate e cenoura | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



Alergias: 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 ASAR Rua Rodrigo da Fonseca 78, 1250-016 Lisboa
Allergies: 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 complaint book.



EMENTA SEMANAL

29 de abril a 3 de maio

Declaração nutricional 100g

| | | | VE kj | VE Kcal | Lip g | AG. Sat g | Açúc g | Sal g |
|---------------|-------------|--|--------------|------------|----------|--------------|------------|----------|
| Segunda-feira | Sopa | Creme de cenoura | 279 | 67 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Rolo de carne misto (vaca e porco) no forno e macarronete | 990 | 237 | 9 | 3,0 | 1,5 | 0,3 |
| | Vegetariano | Hambúguer vegetariano no forno com macarronete | 626 | 150 | 6 | 1,6 | 1,2 | 1,0 |
| | Legumes | Alface, cenoura e tomate | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Terça-Feira | Sopa | Couve branca | 218 | 52 | 1 | 0,2 | 2,1 | 0,1 |
| | Prato | Filete de tilápia gratinado com arroz de ervilhas | 523 | 125 | 2 | 0,2 | 1,1 | 0,3 |
| | Vegetariano | Legumes (espinafres e cenoura) no forno com ervilhas e arroz | 841 | 201 | 1 | 0,7 | 1,0 | 0,2 |
| | Legumes | Alface, couve roxa e cenoura | 74 | 18 | 0,1 | 0,0 | 2,1 | 0,3 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |
| Quarta-feira | Sopa | | | | | | | |
| | Prato | | | | | | | |
| | Vegetariano | FERIADO | | | | | | |
| | Legumes | | | | | | | |
| | Sobremesa | | | | | | | |
| Quinta-feira | Sopa | Cenoura com feijão manteiga | 378 | 90 | 1 | 0,2 | 2,0 | 0,1 |
| | Prato | Douradinhos no forno com massa colorida (massa laços, cenoura, ervilhas e milho) | 806 | 193 | 5,8 | 0,2 | 0,8 | 0,1 |
| | Vegetariano | Massa vegetariana (Laços, grão-de-bico e legumes) | 638 | 152 | 11 | 2,0 | 0,9 | 0,4 |
| | Legumes | Tomate, cebola e pepino | 25 | 6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época/Gelatina | 238 / 389 | 57 / 93 | 0 / 0 | 0 / 0 | 13 / 22 | 0 / 0 |
| Sexta-feira | Sopa | Alho francês | 218 | 52 | 1 | 0,2 | 1,8 | 0,1 |
| | Prato | Arroz à Valenciana (frango, salsicha, ervilha, cenoura, pimento) | 677 | 162 | 4 | 1,2 | 0,8 | 0,4 |
| | Vegetariano | Salteado de ervilhas e couve-flor com arroz de cenoura | 500 | 119 | 3 | 0,4 | 1,2 | 0,1 |
| | Legumes | Alface, tomate e cenoura | 77 | 19 | 0,2 | 0,0 | 2,9 | 0,0 |
| | Sobremesa | Fruta da época | 238 | 57 | 0 | 0 | 13 | 0,0 |



Alergias, intolerâncias, por favor, ler, 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 ASAR, Rua Rodrigo da Fonseca 75, 1250-096 Lisboa.
(Allergies, intolerances, please inform us in our staff. Cross-contaminations in the restaurant may not be excluded. Nutritional information presented per 100g/100ml of product. This establishment has complaints book.)