



SEMANA 06 a 10 Abril de 2026

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	HC Totais (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa	Nabo e feijão verde	279	67	1,1	0,2	9,1	1,9	0,1
	Prato Principal	Almôndegas (vaca e porco) estufadas com arroz branco	747	178	4	0,8	22,5	0,4	0,5
	Vegetariano	Ratatouille de soja (beringela, curgete, tomate e cenoura) com arroz branco	539	129	2	0,3	10,0	1,8	0
	Vegetais	Cenoura ralada, couve-roxa e tomate	86	21	0,3	0,1	7,0	2,6	0,1
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	14	13	0
3F	Sopa	Agrião	301	72	3	0,4	9,0	1,9	0,2
	Prato Principal	Salada de atum com feijão frade, batata, cenoura, feijão verde, grelos e ovo cozido	599	143	5	0,7	21,5	1,1	0,4
	Vegetariano	Salada de feijão frade com batata, cenoura, feijão verde e grelos	533	127	1	0,3	18,0	1,5	0
	Vegetais	Legumes incorporados no prato							
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)/Arroz doce	614	147	6	2	42	7	0
4F	Sopa	Juliana	203	49	2	0,3	9,0	2,5	0,1
	Prato Principal	Perninha de frango assado com esparguete	800	191	6	1,4	12,0	2,1	0,3
	Vegetariano	Seitan estufado com esparguete	350	84	2	0,3	11,8	0,7	0,1
	Vegetais	Alface, pepino e tomate	71	17	0,3	0	6	2,7	0
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	14	13	0
5F	Sopa	Feijão com couve	411	98	2	0,3	14,8	2,5	0,2
	Prato Principal	Calamares no forno com arroz de cenoura	671	160	5	0,9	18,1	0,5	0,3
	Vegetariano	Estufadinho de feijão branco com abóbora, espinafres e arroz branco	410	98	1	0	19	2	0,1
	Vegetais	Couve roxa, cenoura ralada e alface	77	19	0,2	0	5	2,9	0
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	14	13	0
6F	Sopa	Creme de cenoura	224	54	1	0,2	9,0	1,8	0,1
	Prato Principal	Tirinhas de porco com macarrão	658	157	3,1	0,9	10,0	1,2	0,8
	Vegetariano	Tofu de tomatada com macarrão	760	182	6	0,7	15,0	1,5	0,2
	Vegetais	Couve flor, curgete e brócolos	116	28	0,5	0,1	9,0	1,9	0,5
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	238	57	0	0	14	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**.