



SEMANA de 20 a 24 de abril de 2026

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	<b>Sopa</b>	Cenoura	226	54	1	0,2	2,1	0,1
	<b>Carne</b>	Esparguete à Bolonhesa (aves)	790	189	6	0,6	1,7	0,1
	<b>Peixe</b>	Filetes de salmão com crosta de pão ralado e arroz	396	95	0,8	0,1	1,2	0,1
	<b>Ovolactoveg</b>	Legumes à Brás	1037	248	7	1,3	2,2	0,3
	<b>Salada/legumes</b>	Alface	50	12	0,2	0,1	0,8	0
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
3F	<b>Sopa</b>	Couve flor	378	91	1	0,2	2	0,1
	<b>Carne</b>	Febras de porco estufadas com arroz	888	212	8	2,6	0,7	0,4
	<b>Peixe</b>	Meia desfeita de paloco ( batata, grão de bico, ovo e salsa)	373	89	0,0	0,0	1,2	0,1
	<b>Ovolactoveg</b>	Alho frances com natas (batata aos cubos, cebolada, alho frances, bechamel)	623	149	3	0,5	1,7	0,2
	<b>Salada/legumes</b>	Alface e beterraba	66	16	0,1	0,3	2,4	0,1
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
4F	<b>Sopa</b>	Creme de legumes	198	47	2	0,2	2,2	0,2
	<b>Carne</b>	Coxinhas de frango assadas com orégãos e arroz de lombardo	554	132	8	2	1	0
	<b>Peixe</b>	Solha com molho de limão e arroz de lombardo	637	152	3	1	0	0,5
	<b>Ovolactoveg</b>	Rojões de Soja com batata corada	696	166	4	0,7	1,5	0,2
	<b>Salada/legumes</b>	Alface e couve roxa	74	18	0,1	0,2	2,1	0,3
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	238/539	57/129	1	0,2/0,3	1,9/10,9	0/0,2
5F	<b>Sopa</b>	Couve branca com feijão catarino	247	59	1	0,2	1,7	0,1
	<b>Carne</b>	Carne de novilho estufada com cenoura e arroz ervilhas	683	163	2,6	0,4	1,2	0,2
	<b>Peixe</b>	Massa de atum com cenoura raspada	769	184	7,1	0,5	1,3	0,7
	<b>Ovolactoveg</b>	Almôndegas de feijão com molho tomate e arroz	464	111	1	0,2	1,6	0,1
	<b>Salada/legumes</b>	Alface	70	17	0,1	0,3	2,9	1
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	238	57	1	0,2	1,9	0
6F	<b>Sopa</b>	Ervilha	218	52	1	0,2	2,1	0,1
	<b>Carne</b>	Perna Perú assada com alecrim e arroz	740	177	6	1,8	0,1	0,4
	<b>Peixe</b>	Filetes de pescada gratinados com molho de cenoura, arroz	637	195	5	1,4	0,5	0,5
	<b>Ovolactoveg</b>	Wrap de legumes com queijo e arroz	599	143	5	0,7	1,1	0,4
	<b>Salada/legumes</b>	Alface e milho	372	89	3	3	1	0
	<b>Sobremesa</b>	Fruta da época	238	57	0	0	13	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**.