



SEMANA de 01 a 05 de junho de 2026

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa	Feijão verde	202	48	1	0,1	1,8	0,1
	Carne	Coxinhas de frango assadas com citrinos e arroz	554	132	8	2	1	0
	Peixe	Abroitea com broa, batata a murro e espinafres salteados	557	133	5,9	1,2	0,1	1,7
	Ovolactoveg	Salada russa com tofu e ovo	514	124	1,8	0,3	1,1	0,1
	Salada/legumes	Alface e tomate	70	17	0,1	0,3	2,9	1
	Sobremesa	Fruta da época/ logurte	238	57	0	0	13	0

3F	Sopa	Abóbora e nabos	242	58	1	0,2	1,6	0,1
	Carne	Bifanas à Pica-Pau com arroz	384	92	2	0,9	1,3	0,1
	Peixe	Massa de atum com cenoura raspada	769	184	7,1	0,5	1,3	0,7
	Ovolactoveg	Seitan de cebolada com legumes crocantes e arroz	473	113	2	0,5	1,4	0,1
	Salada/legumes	Alface e couve roxa	70/173	17/41	0,1/2,6	0,3/0,4	2,9/1,9	0,1/0,3
	Sobremesa	Fruta da época/ logurte	238	57	0	0	13	0

4F	Sopa	Couve Portuguesa	205	49	1	0,2	1,9	0,1
	Carne	Massa Lavrador (macarronete, feijão catarino, carne porco, chouriço, bacon, couve lombarda e cenoura às rodelas)	609	146	5	1	2	0,1
	Peixe	Red-fish no forno com arroz de feijão verde	339	81	1	0,2	1,4	0,3
	Ovolactoveg	Bolonhesa de lentilhas	808	193	6	1,5	1,4	2,2
	Salada/legumes	Mix Alface, tomate	66	16	0,1	0,3	2,4	0
	Sobremesa	Fruta da época/ logurte/ Bolo logurte	238/539	57/129	1	0,3	1,9/10,9	0,2

5F	Sopa		0					
	Carne		0					
	Peixe	Feriado						
	Ovolactoveg		0					
	Salada/legumes		0					
	Sobremesa		0					

6F	Sopa	Couve lombardo com feijão branco	218	52	1	0,2	2,1	0,1
	Carne	Almôndegas de mistas com molho de tomate e oregãos, esparguete	860	205	5,7	2,3	1,5	0,3
	Peixe	Pataniscas de delicias do mar, cogumelos com arroz de feijão	875	209	7,7	1,3	0,7	1,1
	Ovolactoveg	Stroganoff de soja com arroz	677	162	4	2	1	0,4
	Salada/legumes	Alface e beterraba	74	18	0,1	0,2	2,1	0,3
	Sobremesa	Fruta da época/ logurte	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**.