



SEMANA 8 a 12 de Junho 2026

		Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados	Açúcar (g)	Sal (g)	
2F	Sopa	Creme de legumes	235.9	56.379	0.997	0.16	1.692	0.117
	Prato	Esparguete à Bolonhesa	474	235.59	8.94	2.956	1.662	0.18
	Vegetariano	Esparguete à Bolonhesa de soja	772.34	184.59	10.238	1.342	4.335	0.021
	Legumes	Tomate, couve-roxa e cebola	372	88.908	3	3	1	0.005
	Sobremesa	Fruta	238	56.882	0.4	0.1	13	0.015

3F	Sopa	Espinafres	223.36	53.384	2.001	0.287	2.139	0.166
	Prato	Salada quente de cavala (feijão frade, arroz, cenoura, feijão-verde e ervilha)	607.8	145.27	5.453	1.52	1.398	0.128
	Vegetariano	Salada quente de feijão frade e tofu, arroz, cenoura, feijão-verde e ervilha)	533.35	127.47	1.123	0.284	1.613	0.026
	Legumes	Incorporado no prato						
	Sobremesa	Pudim ou Fruta	339 / 238	81 / 57	4 / 0.0	1 / 0.0	8 / 13.0	0 / 0

4F	Sopa						
	Prato						
	Vegetariano	Feriado					
	Legumes						
	Sobremesa						

5F	Sopa	Feijão-verde	209.35	50.034	0.884	0.15	1.878	0.079
	Prato	Omelete de fiambre no forno com arroz de legumes (couve, ervilha e cenoura)	874.02	208.89	6.877	1.554	0.647	0.385
	Vegetariano	Omelete de cogumelos no forno com arroz legumes (couve, ervilha e cenoura)	868.5	207.57	7.427	1.94	0.655	0.505
	Legumes	Incorporado no prato						
	Sobremesa	Fruta	238	56.882	0.4	0.1	13	0.015

6F	Sopa	Feijão com hortaliça	378.21	90.393	1.295	0.155	2.022	0.117
	Prato	Massinha de ave com legumes (frango, cenoura e ervilhas)	687.37	164.28	5.48	1.614	0.126	0.164
	Vegetariano	Massinha de soja com cenoura, milho e ervilha	732.74	175.13	3.2	0.384	1.068	0.247
	Legumes	Alface, tomate e pepino	69.789	16.68	0.276	0.065	1.743	0.013
	Sobremesa	Fruta	238	56.882	0.4	0.1	13	0.015

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**.