



SEMANA 8 a 12 de junho

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2 F	Sopa	Brócolos	226	54	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Arroz de atum com cenoura e milho	649	155	2,4	0,8	1,7	0,1
	Vegetariano	Estufado de lentilhas com arroz de cenoura	506	121	5	2,0	2,1	0,3
	Acompanhamento	Alface, tomate e cebola	78	19	0	0	4	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0,015
3 F	Sopa	Creme com ervilhas	215	51	1	0,1	2,1	0,1
	Prato	Jardineira de frango com massa esparguete	330	79	1	0	2	0,1
	Vegetariano	Jardineira de seitan com massa esparguete	323	77	1	0,1	1,3	0,1
	Acompanhamento	Feijão-verde, cenoura e couve flor	92	22	0,2	0,1	3,4	0,3
	Sobremesa	Cubinhos de melão e melancia	238	57	0	0	13	0
4 F	Sopa							
	Prato							
	Vegetariano							
	Acompanhamento							
	Sobremesa							
5 F	Sopa	Creme de abóbora com ervilhas	273	65	1	0	2	0
	Prato	Lombo de porco assado com alecrim, laranja e esparguete	727	174	4	1	1	0,2
	Vegetariano	Favas estufadas ao natural com tomate e esparguete	359	86	4	1,4	2,0	0,0
	Acompanhamento	Alface, beterraba e pepino	80	19	0	0	4	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0
6 F	Sopa	Couve portuguesa	224	53	1	0,2	2,1	0,1
	Prato	Arroz à Valenciana (Potas, miolo de camarão, cubinhos de frango, ervilhas e cenouras)	677	162	4	1,2	0,8	0,4
	Vegetariano	Paelha vegetariana (arroz de açafraão com soja, ervilhas, pimentos, tomate e cenoura)	646	154	4	1,3	1,3	0,2
	Acompanhamento	Cenoura ralada, pepino e tomate	78	19	0	0	4	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0,0

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.