



SEMANA 12 a 16 de Outubro de 2025

			Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturad os (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa	Couve flor	244	58	1	0	2	0
	Prato Principal	Filete de pescada panado no forno com arroz de ervilhas e cenoura e salada de alface e tomate	561	134	2	0	1	0
	Ovolactovegetariano	Rojões de soja com arroz de ervilhas e cenoura, salada de alface e tomate	294	70	1	0	2	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0

3F	Sopa	Feijão verde	209	50	1	0	2	0
	Prato Principal	Bifanas de porco estufadas com lentilhas, massa laços e salada de pepino, pimento e milho	634	151	4	0	1	0
	Ovolactovegetariano	Lentilhas estufadas com massa laços, salada de pepino, pimento e milho	394	94	2	0	3	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0

4F	Sopa	Abóbora e grão de bico	534	128	2	0	1	0
	Prato Principal	Bacalhau à Gomes de Sá (bacalhau, batata, ovo cozido, salsa) e legumes cozidos (brócolos, feijão-verde e couve-flor)	334	80	2	0	1	0
	Ovolactovegetariano	Legumes à Gomes de Sá (batata, ovo cozido, alho francês) e legumes cozidos (brócolos, feijão-verde e couve-flor)	420	100	3	1	1	0
	Sobremesa	Pudim	238	57	0	0	13	0

5F	Sopa	Creme de legumes	236	56	1	0	2	0
	Prato Principal	Perna de frango assada, arroz de ervilhas e salada de couve roxa, alface e pepino	681	163	3	1	1	0
	Ovolactovegetariano	Rissóis de tofu no forno com arroz de ervilhas e salada de couve roxa, alface e pepino	883	211	6	1	2	0
	Sobremesa	Fruta da época	238	57	0	0	13	0

6F	Sopa	Alho francês	218	52	1	0	2	0
	Prato Principal	Salmão com cotovelinhos guisados, salada de tomate, cenoura e couve branca	792	189	10	2	1	0
	Ovolactovegetariano	Cotovelinhos guisados com seitan, salada de tomate, cenoura e couve branca	348	83	2	0	1	0
	Sobremesa	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**.