

EMENTA SEMANAL



BARCELOS
MUNICÍPIO



FOOD *with*
PURPOSE

4 a 8 Novembro de 2024

Declaração nutricional 100g

		VE Kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúç g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	Grão-de-bico		380	91	2	0,3	1,1	0,1
	Prato	Barrinhas de pescada com arroz de cenoura e salada de alface e milho		685	164	3,9	1,1	2,0	0,2
	Vegetariano	Rissóis vegetarianos com arroz de cenoura e salada de alface e milho		497	119	2	0	2	0,1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0,0
Terça-Feira	Sopa	Creme de espinafres		422	101	1,3	0,2	2,0	0,1
	Prato	Febras de porco com molho de tomate, esparguete salteada e salada de cenoura raspada e pepino		611	146	5,2	1,2	1,8	0,2
	Vegetariano	Seitan com molho de tomate, esparguete salteada e salada de cenoura raspada e pepino		583	139	2,3	0,3	1,3	0,2
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0,0
Quarta-feira	Sopa	Repolho		485	116	2	0,3	2,1	0,1
	Prato	Bacalhau à Gomes de Sá (bacalhau fresco, ovo, batata cozida) com legumes salteados (cenoura e courgette)		644	154	1,9	0,2	0,6	0,3
	Vegetariano	Tofú no forno com molho de cenoura, arroz branco e salada de alface beterraba e tomate		457	109	4,2	1,4	1,9	0,2
	Sobremesa	Gelatina		360	86	2	0	0	0,0
Quinta-feira	Sopa	Creme de legumes		236	56	1	0,2	1,7	0,1
	Prato	Massa à lavrador (vaca, frango, feijão vermelho, macarronete, repolho, lombarda e cenoura)		656	157	3,6	0,9	0,4	0,2
	Vegetariano	Massa à lavrador vegetariana (cogumelos, feijão vermelho, macarronete, repolho, lombarda e cenoura)		394	94	2	0	3	0,1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0,0
Sexta-feira	Sopa	Couve coração		226	54	1	0,2	2,1	0,1
	Prato	Filete de pescada no forno com molho de cenoura, arroz branco e salada de alface beterraba e tomate		990	237	9	3,0	1,5	0,3
	Vegetariano	Estufado de lentilhas com pimento, batata cozida e legumes salteados (cenoura e courgette)		953	228	3,0	0,4	1,3	0,1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0,0

Sobremesa sujeita a alteração, para uma boa gestão de maturação da fruta da época, e redução do desperdício alimentar. | Alergénios, informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. | Declaração nutricional por 100g/100ml de produto | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa | Dessert subject to change, for good management of the ripening of seasonal fruit, and reduction of food waste. | Allergens: Please get more information with our staff. Cross contaminations in the restaurant can not be excluded | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.