

EMENTA SEMANAL



BARCELOS
MUNICÍPIO

Declaração nutricional 100g

6 a 10 de Janeiro 2025

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	Creme de cenoura		380	91	2	0.3	1.1	0.1
	Prato	Almôndegas aves com molho de tomate, esparguete e salada de alface		806	193	5.8	0.2	0.8	0.1
	Vegetariano	Soja estufada, massa esparguete com salada de alface		1120	268	8.7	1.3	3.2	0.2
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Feijão branco e couve lombarda		250	60	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Arroz de salmão com courgette, cenoura e feijão verde		673	161	2.8	0.5	0.8	0.3
	Vegetariano	Arroz de salsichas vegetarianas com courgette, cenoura e feijão verde		517	124	1.8	0.3	1.1	0.1
	Sobremesa	Gelatina		238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Creme ervilhas		202	48	1	0.1	1.8	0.1
	Prato	Frango assado com macarrão e legumes salteados (courgette, milho e couve roxa)		464	111	3	0	1	0.2
	Vegetariano	Abóbora assada com macarrão e legumes salteados (courgette, milho e couve roxa)		626	150	6	1.6	1.2	1.0
	Sobremesa	Fruta da época		389	93	0	0	22	0.0
Quinta-feira	Sopa	Lentilhas		198	47	2	0.2	2.2	0.2
	Prato	Filetes de pescada com molho de cenoura com arroz alegre (ervilhas, milho e cenoura)		990	237	9	3.0	1.5	0.3
	Vegetariano	Salteado de cogumelos com arroz alegre (ervilhas, milho e cenoura)		810	194	4	1.4	2.4	1.2
	Sobremesa	Fruta da época		389	93	0	0	22	0.0
Sexta-feira	Sopa	Abóbora		442	106	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Feijoada à brasileira (feijão preto, porco, frango, repolho e cenoura) e arroz		937	224	3.0	0.4	0.9	0.2
	Vegetariano	Feijoada à brasileira vegetariana (feijão preto, repolho e cenoura)		453	108	3	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época		559	134	4	1	7	0.2



Atendentes, informem-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 Serviço de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Passagem 23, 1120-006 Lisboa

Allergens: Please refer to the menu for more information. Allergen substitutions in the restaurant can not be excluded. Nutritional information provided per 100g/100ml of product.

FOOD
EUREST PURPOSE