

EMENTA SEMANAL



BARCELOS
MUNICÍPIO

Declaração nutricional 100g

20 a 24 de Janeiro 2025

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	creme de legumes		501	120	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Picadinho de carne de vaca com molho de tomate, cotovelinhos e salada de alface		685	164	3.9	1.1	2.0	0.2
	Vegetariano	Soja com molho de tomate, cotovelinhos e salada de alface		497	119	2	0	2	0.1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Feijão vermelho		250	60	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Tintureira estufada com arroz de tomate e salada de tomate e milho		324	77	1	0	1	0.1
	Vegetariano	Rissóis vegetarianos com arroz de tomate e salada de tomate e milho		139	33	0.3	0.1	2.7	0.3
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Couve-lombarda		202	48	1	0.1	1.8	0.1
	Prato	Lombo assado no forno com laranja, massa esparguete com legumes salteados (cenoura e feijão verde)		756	181	6.9	0.9	0.7	0.3
	Vegetariano	Tófu assado no forno com laranja, massa esparguete e legumes salteados (cenoura e feijão verde)		716	171	10	1.5	2.0	0.2
	Sobremesa			389	93	0	0	22	0.0
Quinta-feira	Sopa	Creme de alho francês		640	153	5	0.7	1.2	0.3
	Prato	Pescada à Gomes de Sá (pescada, batata aos cubos e ovo) e salada de couve roxa e repolho laminado		457	109	3	1	1	0
	Vegetariano	Seitan salteado com batata aos cubos e salada de couve roxa e repolho laminado		658	157	2.4	0.7	1.9	0.2
	Sobremesa	Gelatina		238	57	0	0	13	0.0
Sexta-feira	Sopa	Espinafres		206	49	1	0.1	2.1	0.1
	Prato	Arroz de aves no forno (frango, peru) com salada de cenoura, couve roxa e alface		833	199	7.3	2.2	2.0	0.5
	Vegetariano	Lentilhas estufadas, arroz com salada de cenoura, couve roxa e alface		833	199	7.3	2.2	2.0	0.5
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0



Atenção: Informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser servidas as comunicações criadas no restaurante. Declaração nutricional por 100g. Informação adicional: Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1-251-016-1 Lisboa. Allergies: Please refer to our allergen menu card. Cross-contaminations in the restaurant can not be excluded. Nutritional information presented per 100g. Please refer to our allergen menu card. Cross-contaminations in the restaurant can not be excluded. Nutritional information presented per 100g.

FOOD
PURPOSE