

EMENTA SEMANAL



BARCELOS
MUNICIPIO



FOOD *With*
PURPOSE

24 a 28 de Março de 2025

Declaração nutricional 100g

		VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúç g	Sal g		
Segunda-feira	Sopa	couve coração e lentilha		250	60	1	0.2	1.7	0.1
	Prato	Argolas de pota, arroz de feijão vermelho e salada de cenoura raspada		710	170	6	1	1.3	0.5
	Vegetariano	Rissóis vegetarianos, arroz de feijão vermelho e salada de cenoura raspada		583	139	2.3	0.3	1.3	0.2
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Terça-Feira	Sopa	Repolho		442	106	2	0.3	2.0	0.1
	Prato	Massa à lavrador (porco, frango, macarronete, feijão vermelho, repolho e cenoura)		656	157	3.6	0.9	0.4	0.2
	Vegetariano	Massa à lavrador vegetariana (tofu, macarronete, feijão vermelho, repolho e cenoura)		953	228	3.0	0.4	1.3	0.1
	Sobremesa	Fruta da época		238	57	0	0	13	0.0
Quarta-feira	Sopa	Repolho		515	123	2	0.4	2.1	0.1
	Prato	Arroz de peixe (tamboril e pescada) com salada de alface e cenoura raspada		766	183	3.2	0.6	1.3	0.3
	Vegetariano	Arroz com tofu estufado e salada de alface e cenoura raspada e		1037	248	7	1.3	2.2	0.3
	Sobremesa	Íogurte		238	57	0	0	13	0.0
Quinta-feira	Sopa	cenoura		485	116	2	0.3	2.1	0.1
	Prato	Pá de porco assada com esparguete em molho de tomate e salada de cenoura e couve roxa		756	181	6.9	0.9	0.7	0.3
	Vegetariano	Seitan assado com esparguete em molho de tomate e salada de cenoura e couve roxa		337	81	7.1	1.0	2.9	0.5
	Sobremesa	Fruta da época		389	93	0	0	22	0.0
Sexta-feira	Sopa	Grão-de-bico		279	67	1	0.2	1.8	0.1
	Prato	Filete com molho de cenoura, arroz branco e salada de couve roxa e milho		833	199	4.8	1.1	1.2	0.2
	Vegetariano	Hamburguer vegetariano, arroz branco e salada de couve roxa e milho		453	108	3	0	2	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.