

# EMENTA SEMANAL

## Semana 4

### Declaração nutricional 100g

			Alergénios	VE Kcal
Segunda-feira	Sopa	Sopa de legumes inteiros		47
	Prato Principal	Carbonara de atum com tomate	Peixe, gluten, ovo	215
	Prato Vegetariano	Carbonara de ervilhas	Glúten, ovo	219
	Salada / Legumes	Alface e tomate		
	Sobremesa	Fruta da época		
Terça-Feira	Sopa	Creme de cenoura		67
	Prato Principal	Feijoada com chouriço e porco com arroz branco	Sulfitos	182
	Prato Vegetariano	Feijoada com arroz branco		116
	Salada / Legumes	Tomate e cenoura		
	Sobremesa	Fruta da época		
Quarta-feira	Sopa	Canja (veg: Ervilha)		123 (60)
	Prato Principal	Filetes de peixe no forno com batata cozida	Peixe	129
	Prato Vegetariano	Tomate recheado com legumes e arroz branco	Leite	101
	Salada / Legumes	Alface e cebola		
	Sobremesa	Gelatina		
Quinta-feira	Sopa	Creme de brócolos		56
	Prato Principal	Frango estufado com massa fusili	Glúten, ovo	153
	Prato Vegetariano	Hamburguer de lentilhas com massa fusili	Glúten	188
	Salada / Legumes	Ervilhas		
	Sobremesa	Fruta da época		
Sexta-feira	Sopa	Feijão com couve flor		96
	Prato Principal	Gratinado de delícias do mar com batata	Peixe, soja, crustáceos, ovo, leite	223
	Prato Vegetariano	Gratinado de grão de bico com batata	Leite	175
	Salada / Legumes	Cenoura ripada		
	Sobremesa	Fruta da época		



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  
 Figueira 73, 1250-099 Lisboa. Alergens: 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.

Eurest FOOD PURPOSE