

EMENTA SEMANAL



Eurest **FOOD with PURPOSE**

Declaração nutricional 100g

Semana de 09 a 13 de Junho de 2025

Segunda-feira	Sopa	Creme de legumes com abóbora	 	VE kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
	Geral	Ji: Salmão com massa gratinado		175	42	0,8	0,1	1,9	0,1
Ovolactovegetariano	Gratinado de macarrão com legumes e feijão	582	139	1,862	0,228	1,23	0,1		
Legumes cozidos	Couve flor salteada com oregãos	852	204	8	1,6	1,8	2,4		
Buffet de saladas	Saladas variadas/ Salada de Andaluzia	645	154	11	4	4	1		
Sobremesa	Fruta da época/ logurte	238/ 360	86	0/2	0/0	13/0	0/0		
Terça-Feira	Sopa	Courgette							
Geral	Lasanha de carne com legumes incorporados	468	112	5	0,7	1,4	0,3		
Ovolactovegetariano	Lasanha de soja com legumes incorporados	472	113	6	0,8	1,3	0,4		
Legumes cozidos	Juliana de legumes salteada								
Buffet de saladas	Saladas variadas/ Salada de quinoa	247	59	1	0	2	0		
Sobremesa	Fruta da época/ Salada de fruta	238/ 248	57/ 59	0/0	0/0	#####	0/0		
Quarta-feira	Sopa	Macedónia							
Geral	Filetes de pescada no forno com molho de cenoura e oregãos e arroz	1039	248	11	2,5	1,3	0,8		
Ovolactovegetariano	Seitan no forno com molho de cenoura e oregãos e arroz	590	141	6	3,1	1,5	0,3		
Legumes cozidos	Feijão verde cozido com cebola								
Buffet de saladas	Saladas variadas/Salada de grãos/ queijo ralado	93	22	0	0	3	0		
Sobremesa	Fruta da época/ logurte	238/ 559	57/ 134	0/4	0/0	13-jun	0/0		
FERIADO									
Sexta-feira	Sopa	Erwtensoep(ervilha, carne e bacon com tostas)							
Geral	Kipsaté(espetada de frango)com molho e batata frita	512	122	3	0,9	0,8	0,3		
Ovolactovegetariano	Bitter ballen(bolinhas de feijão branco com molho de mostarda) e batata frita	473	113	2	0,5	1,4	0,1		
Legumes cozidos	Mistura de legumes salteados								
Buffet de saladas	Saladas variadas/ Salada couves com laranja	321	77	5	2	3	0		
Sobremesa	Fruta da época/Appeltaarte(Tarte de maçã)	238/ 360	57/ 86	0/2	0/0	13/0	0/0		
HOLANDA									

Buffet de saladas - alface, tomate, cenoura, pepino, couve roxa, beterraba, pimentos, feijão frade, feijão preto, lentilhas, grão de bico, cuscuz, quinoa, massa, arroz, saladas compostas, etc

*No Jardim Infância a confeção é simples (sem adição de molhos e tempero fortes) e o prato vegetariano não é oferecido aos alunos.

logurte disponível uma vez por semana

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 restaurante can not be excluded | Nutritional information presented per 100g/100ml of product | This establishment has complaints book.