



			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Sopa	Ervilhas	289	69	1	0	2	0
	Geral	Bolonhesa de soja com queijo ralado	815	195	8	3	2	0
	Ovolactovegetariano	Jardineira de nacos de soja com legumes	685	164	4	1	2	0
	Legumes cozidos	Juliana de legumes com cenoura	302	72	3	0	2	0
	Buffet de saladas	Saladas variadas/ Salada de feijão verde	104	25	0	0	3	0
	Sobremesa	Fruta da época/ Iogurte	238 360	57 86	0 2	0 25	13	0 3

3F	Sopa	Macedónia	218	52	1	0	2	0
	Geral	Fusili tricolor de salmão lascado e ovo	525	125	7	1	2	0
	Ovolactovegetariano	Fusili tricolor de seitan lascado e ovo	600	143	7	1	1	0
	Legumes cozidos	Cenoura baby com hortelã	123	29	0	1	4	0
	Buffet de saladas	Saladas variadas/ Salada arrace com quinoa/ queijo ralado	758	180	1	0	2	0
	Sobremesa	Fruta da época/ Fruta laminada	238	57	0	0	13	0

4F	Sopa	Alho francês	218	52	1	0	2	0
	Geral	Feijoada a Moda do chefe	821	196	14	3	2	0
	Ovolactovegetariano	Feijoada de tofu a Moda do chefe	644	154	5	1	2	0
	Legumes cozidos	Couve bruxelas cozidas	176	42	0	0	0	0
	Buffet de saladas	Saladas variadas/ Salada russa de batata	533	127	1	0	2	0
	Sobremesa	Fruta da época/ Salada de fruta	238 248	57 59	0 2	0 0	13 0	0 0

PORTUGAL


5F	Sopa	Canja/ legumes	640 236	153 56	5 1	1 0	1 2	0 0
	Geral	Bacalhau com natas(com cenoura ralada)	489	117	4	1	1	0
	Ovolactovegetariano	Legumes com feijão branco e natas	418	100	2	1	1	0
	Legumes cozidos	Brócolos salteados com azeite e alho	94	22	1	0	1	0
	Buffet de saladas	Saladas variadas/ Salada alface mista com cebola	533	127	1	0	2	0
	Sobremesa	Fruta da época/ Leite creme	238 1164	57 279	0 13	0 6	13 30	0

6F	Sopa	Legumes	236	56	1	0	2	0
	Ovolactovegetariano	Strogonoff de frango com arroz de alho	713	170	3	1	1	0
	Ovolactovegetariano	Strogonoff de lentilhas com arroz de alho	664	159	4	1	1	0
	Legumes cozidos	Alho francês com couve branca salteado	321	77	4	1	2	1
	Buffet de saladas	Saladas variadas/ Salada indiana/ queijo fresco	485	115	0	0	1	0
	Sobremesa	Fruta da época/ Iogurte	238 360	57 86	0 2	0 25	13	0 3

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alergénios:** Por favor, informe-se junto da nossa Equipa. Não é possível excluir o risco de contaminação cruzada neste restaurante. **Declaração nutricional** apresentada por 100g/100ml de produto. Este estabelecimento dispõe de **Livro de Reclamações**. ASAE: Rua Rodrigo da Fonseca, 73

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