



Ementa

21 a 25 de fevereiro

VE kj VE Kcal LIP g AG. SAT g Açúc g SAL g

Declaração nutricional 100g

Macedónia de legumes (cenoura e ervilha)

Segunda-feira

Prato

Hamburguer misto (porco e vaca) com arroz de ervilhas.
Salada de pepino

Vegetariano

Hamburguer de soja com arroz de ervilhas. Salada de pepino

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Coração com grão

Terça-Feira

Prato

Ovos mexidos com cogumelos, ervilhas e espirais . Salada de
tomate

Vegetariano

Salada de cogumelos salteados (cogumelos, espirais,
cenoura, milho e ervilhas). Salada de tomate, couve roxa e

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Creme de couve flor com feijão verde

Quarta-feira

Prato

Rolo de carne (vaca e porco) com arroz de cenoura. Salada
de alface

Vegetariano

Nacos de soja estufados arroz com cenoura e feijão verde.
Salada tomate

Sobremesa

Fruta da Época

Sopa

Lombardo

Quinta-feira

Prato

Medalhões de pescada estufados com batata e feijão verde.
Salada de couve roxa

Vegetariano

Seitan no forno com batata assada. Salada de alface

Sobremesa

Fruta da Época ou pudim

Sopa

Creme de alho francês

Sexta-feira

Prato

Massa de aves á lavrador (feijão vermelho, frango, peru,
macarronete e cenoura). Couve salteada

Vegetariano

Jardineira de tofu (feijão vermelho, tofu, macarronete e
cenoura) e couve salteada

Sobremesa

Fruta da Época

Alergénios Informe-se junto equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações. ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa

Eurest **FOOD with PURPOSE**





Ementa

28 de fevereiro a 4 de março

VE kj VE LIP AG. Açúc SAL
Kcal g SAT g g

Declaração nutricional 100g

Segunda-feira

Prato Couve branca
Massa espiral com atum e macedónia de legumes. Salada de feijão verde

Vegetariano Seitan no forno com massa esparguete salteada e salada de pepino

Sobremesa Fruta da Época ou gelatina

Sopa 0

Terça-Feira

Prato 0

Vegetariano 0

Sobremesa 0

Sopa Couve coração

Quarta-feira

Prato Panadinhos de peixe forno com arroz de brócolos. Salada de cenoura

Vegetariano Filetes de tofu no forno com arroz de brócolos e salada de cenoura

Sobremesa Fruta da época

Sopa Legumes e feijão encarnado

Almondégas mistas (porco e vaca) guisadas com macedonia de legumes (ervilha e feijão verde) e massa (espirais). Salada de tomate

Quinta-feira

Vegetariano Jardineira vegetariana (cogumelos, cenoura e batata) couve salteada

Sobremesa Fruta da Época

Sopa Cenoura e couve branca

Sexta-feira

Prato Arroz de peixe (pescada) com tomate. Salada de alface

Vegetariano Arroz lentilhas com tomate. Salada de alface

Sobremesa Fruta da Época





Ementa

7 a 11 de março

VE VE LIP AG. Açúc SAL
kj Kcal g SAT g g

Declaração nutricional 100g

Segunda-feira

Prato

Feijão verde
Rolo de carne misto (vaca e porco) com arroz. Salada de alface

Vegetariano

Hamburguer de cogumelos com arroz de brócolos. Salada de couve roxa

Sobremesa

Fruta da Época

Sopa

Alho francês

Terça-Feira

Prato

Legumes à Brás (cenoura, cebola e couve salteadas com batata palha). Salada de couve roxa

Vegetariano

Legumes à Brás (cenoura, cebola e couve salteadas com batata palha). Salada de alface

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Creme de cenoura

Quarta-feira

Prato

Rancho à Portuguesa (frango e porco com macarronete, couve, cenoura e grão de bico)

Vegetariano

Rancho de soja (soja com macarronete, couve, cenoura e grão de bico)

Sobremesa

Fruta da época

Sopa

Couve coração e grão

Quinta-feira

Prato

Calamares (Pota à romana) no forno com arroz de ervilhas. Salada de pepino

Vegetariano

Tofu salteado com arroz e salada de pepino

Sobremesa

Fruta da Época ou Pêssego em calda

Sopa

Courgette

Sexta-feira

Prato

Ovos mexidos com cogumelos, ervilhas e cenoura com massa espiral. Salada de alface

Vegetariano

Seitan salteado com espirais e legumes (ervilha e cenoura). Salada de courgette.

Sobremesa

Fruta da época

Alergénios Informe-se junto equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante. | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações. ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa



FOOD with PURPOSE





Ementa

14 a 18 de março

VE VE LIP AG. Açúc SAL
kj Kcal g SAT g g

Declaração nutricional 100g

Brócolos

Segunda-feira

Prato Cavala á Bolonhesa. Salada de cenoura raspada

Vegetariano Soja à Bolonhesa com salada de cenoura raspada

Sobremesa Fruta da Época

Sopa Creme de legumes

Terça-Feira

Prato Chili de carne (vaca picada, feijão encarnado) com arroz.
Salada de tomate

Vegetariano Chili vegetariano (seitan, feijão encarnado) com arroz e salada
de couve roxa

Sobremesa Fruta da Época

Sopa Nabiças com grão

Quarta-feira

Prato Pescada à Gomes de Sá (batata, pescada, ovo, cebola e salsa).
Salada de alface

Vegetariano Tofu à Gomes de Sá (batata, tofu, cebola e salsa) com salada
de alface

Sobremesa Fruta da Época ou gelatina

Sopa Penca

Quinta-feira

Prato Frango e peru á Primavera (cenoura e ervilha) com massa
macarronete. Salada de cenoura

Vegetariano Estufado de lentilhas com cogumelos e massa macarronete.
Salada de tomate

Sobremesa Fruta da época

Sopa Macedónia (cenoura e ervilha)

Sexta-feira

Prato Petinga com arroz de tomate. Salada de alface

Vegetariano Filetes de seitan á Rosa do Adro com arroz e cenoura raspada

Sobremesa Fruta da Época





Ementa

21 a 25 de março

VE VE LIP AG. Açúc SAL
kj Kcal g SAT g g

Declaração nutricional 100g

Segunda-feira

- Couve branca**
- Prato** Ovos mexidos com cogumelos, ervilhas e cenoura com massa espiral. Salada de feijão verde
- Vegetariano** Cogumelos salteados, ervilhas e cenoura com massa espiral e salada de feijão verde
- Sobremesa** Fruta da Época

Sopa Feijão verde

Terça-Feira

- Prato** Arroz á Portuguesa (peru e frango aos cubos com couve, feijão verde e cenoura). Salada de alface
- Vegetariano** Tofu no forno com arroz de legumes (cenoura e couve). Salada de alface
- Sobremesa** Fruta da Época

Sopa Lombardo

Quarta-feira

- Prato** Filetes de tilápia no forno com batata. Salada de cenoura
- Vegetariano** Salada de batata (batata, cenoura, nabo e ervilhas) com feijão frade e salada de pepino
- Sobremesa** Fruta da Época ou pêssego em calda

Sopa Couve e feijão branco

Quinta-feira

- Prato** Esparguete á bolonhesa. Salada de couve roxa
- Vegetariano** Bolonhesa de soja com esparguete. Salada de couve roxa
- Sobremesa** Fruta da época

Sopa Abóbora

Sexta-feira

- Prato** Salada de batata e cenoura com feijão frade e atum. Salada de pepino
- Vegetariano** Arroz de lentilhas. Salada de pepino
- Sobremesa** Fruta da época

