

Ementa



Eurest

Semana de 01 a 05 de Fevereiro de 2021 - Ementa ovo-lacto-vegetariana

			V.E. (KJ)*	V.E. (Kcal)*	Gordura total (g)*	Saturados (g)*	Açúcar (g)*	Sal (g)*
2ª Feira	Sopa	Creme de alho francês	205	49	2	0,0	2,0	0,1
	Prato	Empadão de legumes; salada de alface, pimento e milho	665	159	2	1,0	3,7	0,2
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0,0	10,5	0,0
3ª Feira	Sopa	Caldo verde	290	69	2	0,3	2,5	0,1
	Prato	Strogonoff de cogumelos com arroz branco e salada de alface, pepino e milho	641	143	1	0,0	2,0	0,1
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0,0	10,5	0,0
4ª Feira	Sopa	Espinafres e favas	303	86	2	0,3	2,0	0,1
	Prato	Salada de legumes; salada de cenoura, couve roxa e milho	429	101	1	0,3	1,1	0,1
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades)	198	47	0	0,0	10,5	0,0
5ª Feira	Sopa	Repolho	207	49	2	0,3	2,3	0,1
	Prato	Cogumelos grelhados com arroz e feijão preto; salada de alface, beterraba e pepino	763	192	2	0,3	3,7	0,4
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) / Fruta assada	198	47	0	0,0	10,5	0,0
6ª Feira	Sopa	Abóbora	461	110	2	0,3	2,2	0,1
	Prato	Legumes gratinados com broa e batata gratinada com salsa; couve de bruxelas, brócolos e couve flor	820	198	8	2,0	4,0	0,7
	Sobremesa	Fruta da época (3 variedades) / Aletria	198	47	0	0,0	10,5	0,0

Alergénios | Informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas.
Declaração Nutricional por 100g/100ml de produto.

