

ESCOLAS AZAMBUJA
Semana 22 a 26 abril
Almoço



		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Segunda									
Sopa	Legumes (couve coração, cenoura e cebola) ^{1,6,7,8,12}	279	64	0,7	0,1	11,9	2,9	1,7	0,1
Prato	Esparguete à bolonhesa (carne picada mista) e salada de alface, cenoura e couve roxa ^{1,12}	600	143	5,0	1,4	14,7	2,1	8,3	0,1
Vegetariana	Bolonhesa vegetariana de lentilhas com esparguete e salada de alface, cenoura e couve roxa ¹	670	159	2,8	0,4	22,7	2,3	8,3	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Terça									
Sopa	Creme de couve branca e nabo ^{1,6,7,8,12}	309	71	0,9	0,1	13,0	2,4	1,9	0,1
Prato	Douradinhos no forno com arroz de cenoura e salada de alface e tomate ⁴	496	118	2,7	0,4	13,3	1,2	9,5	0,2
Vegetariana	Barrinhas de legumes no forno com arroz de cenoura e salada de alface e tomate	979	233	4,0	0,9	35,3	3,1	4,3	0,6
Sobremesa	Pudim flan	1558	390	0,3	0,2	96,4	88,2	0,3	0,5
Quarta									
Sopa	Couve portuguesa com feijão manteiga ^{1,6,7,8,12}	287	66	0,6	0,1	11,6	1,8	2,3	0,1
Prato	Estufadinho de frango com tomate, batata assada e salada de alface, cenoura e milho	369	88	2,6	0,4	7,3	1,2	8,2	0,1
Vegetariana	Estufadinho de tofu com batata assada e salada de alface, cenoura e milho ⁶	402	96	4,7	1,2	6,4	1,2	6,8	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Quinta									
Sopa	Curgete e abóbora ^{1,6,7,8,12}	307	70	0,8	0,1	13,6	1,5	2,1	0,1
Prato	M				0,5	10,9	1,4	10,2	0,2
Vegetariana	M				0,3	13,5	0,8	5,2	0,2
Sobremesa	C Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sexta									
Sopa	Espinafres ^{1,6,7,8,12}	292	67	0,8	0,1	12,2	2,4	1,9	0,2
Prato	Peru assado no forno com arroz de ervilhas e salada de alface, pepino e tomate	676	161	6,2	1,5	15,8	0,7	10,2	0,2
Vegetariana	Grão assado no forno com legumes (cenoura, brócolos e pimento verde) com arroz de ervilhas e salada de alface, pepino e tomate	601	143	3,0	0,4	21,5	2,0	5,5	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Feriado Nacional

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

ESCOLAS AZAMBUJA
Semana 29 abril a 03 maio
Almoço



		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Segunda									
Sopa	Brócolos ^{1,6,7,8,12}	278	64	0,8	0,1	11,1	2,3	2,2	0,1
Prato	Hamburgueres mistos grelhados com esparguete e legumes assados com orégãos (abóbora, cenoura e couve-flor) ¹	536	127	4,2	1,0	11,5	1,7	10,6	0,2
Vegetariana	Seitan estufado com feijão catarino e cenoura com esparguete e legumes assados com orégãos (abóbora, cenoura e couve-flor) ^{1,6}	656	156	3,4	0,5	21,6	2,0	9,4	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Terça									
Sopa	Feijão vermelho ^{1,6,7,8,12}	366	84	0,8	0,1	16,1	2,7	2,4	0,1
Prato	Bacalhau com natas e salada de alface, cebola e cenoura ^{1,4,5,6,7,9,10}	900	216	13,4	5,3	15,0	1,1	8,5	1,4
Vegetariana	Batatas gratinadas com tirinhas de seitan e salada de alface, cebola e cenoura ^{1,6}	385	92	3,4	0,5	7,7	1,4	6,8	0,1
Sobremesa	Arroz doce ⁷	623	147	1,2	0,6	29,8	8,7	4,0	0,1
Quarta									
Sopa	Espinafres ^{1,6,7,8,12}	292	67	0,8	0,1	12,2	2,4	1,9	0,2
Prato	Carne de vaca com batata cozida e couve-flor ^{1,6,7,8,12}	536	127	4,2	1,0	11,5	1,7	10,6	0,2
Vegetariana	Refratário com batata cozida e couve-flor ^{1,6,7,8,12}	385	92	3,4	0,5	7,7	1,4	6,8	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Quinta									
Sopa	Nabo, beringela e repolho ^{1,6,7,8,12}	253	58	0,7	0,1	10,2	2,4	1,7	0,1
Prato	Salada de lascas de salmão com batata, cenoura e feijão-verde cozido ⁴	489	116	2,2	0,3	13,4	1,2	9,7	0,2
Vegetariana	Saladinha de batata cozida, feijão-verde, cenoura e milho	702	165	0,5	0,2	28,9	2,5	9,2	0,2
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sexta									
Sopa	Agrião ^{1,6,7,8,12}	316	72	0,8	0,1	13,6	2,6	1,9	0,1
Prato	Lombo de porco no forno com arroz de cenoura e salada de alface, pepino e tomate	532	126	3,7	0,9	13,6	1,3	9,2	0,1
Vegetariana	Lentilhas estufadas com arroz de cenoura e salada de alface, pepino e tomate	728	172	2,7	0,4	27,3	1,5	7,7	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Feriado Nacional

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos, ¹⁴Moluscos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

ESCOLAS AZAMBUJA
Semana 06 a 10 maio
Almoço



		VE (KJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Segunda									
Sopa	Alho francês ^{1,6,7,8,12}	258	59	0,6	0,1	10,7	2,6	1,8	0,1
Prato	Rolo de carne assado no forno com massa cotovelos e salada de alface, cenoura e milho ¹	675	162	8,1	2,8	13,2	1,4	7,8	0,5
Vegetariana	Salteado de seitan e grão com massa cotovelos e salada de alface, cenoura e milho ^{1,6}	770	183	5,0	0,7	21,7	1,3	10,9	0,0
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Terça									
Sopa	Creme de abóbora ^{1,6,7,8,12}	421	96	1,1	0,2	19,4	1,3	2,3	0,1
Prato	Salada de bacalhau fresco (bacalhau fresco, batata cozida, salsa, alho, cebola e grão) e couve coração salteada ⁴	477	113	2,0	0,4	11,8	1,2	10,9	1,6
Vegetariana	Salada quente de grão, batata, alho, cebola e salsa com couve coração salteada	732	173	2,8	0,5	26,3	2,3	8,6	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Quarta									
Sopa	Grão com lombardo ^{1,6,7,8,12}	356	82	0,8	0,1	14,8	2,7	2,6	0,1
Prato	Bife de peru grelhado com arroz de milho e salada de tomate, couve roxa e alface	498	118	2,6	0,4	13,1	1,2	9,9	0,1
Vegetariana	Tofu grelhado com alho e arroz de milho e salada de tomate, couve roxa e alface ⁶	542	129	5,3	1,4	11,8	1,1	8,0	0,1
Sobremesa	Gelatina vegetal de ananás	1610	385	0,0	0,0	94,5	93,5	0,0	0,0
Quinta									
Sopa	Caldo verde ^{1,6,7,8,12}	325	75	0,9	0,1	12,9	0,6	2,7	0,1
Prato	Pescada cozida com batata e macedónia de							8,7	0,2
Vegetariana								8,5	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sexta									
Sopa	Nabiças ^{1,6,7,8,12}	305	70	0,7	0,1	13,1	2,4	1,8	0,1
Prato	Estufado de frango com massa macarrão, ervilhas e couve lombardo com salada de alface, cenoura e pepino ¹	417	99	2,3	0,4	10,4	1,5	8,6	0,1
Vegetariana	Estufadinho de soja com massa macarrão, ervilhas e couve lombardo com salada de alface, cenoura e pepino ^{1,6}	514	122	2,2	0,3	15,4	1,8	8,7	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Feriado Municipal

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

ESCOLAS AZAMBUJA
Semana 13 a 17 maio
Almoço



		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Segunda									
Sopa	Feijão branco com couve portuguesa ^{1,6,7,8,12} Ovos com cogumelos e salsichas de aves, arroz de cenoura e salada de alface, beterraba e tomate ^{3,6,9}	287	66	0,6	0,1	11,6	1,8	2,3	0,1
Prato	Salteado de soja com arroz de cenoura e salada de alface, beterraba e tomate ⁶	618	147	2,4	0,3	20,0	2,1	9,2	0,2
Vegetariana	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sobremesa									
Terça									
Sopa	Creme de cenoura ^{1,6,7,8,12} Saladinha de atum com batata cozida, feijão-frade e cenoura ⁴ com salada de tomate e pepino	333	76	0,7	0,1	14,8	2,8	1,8	0,1
Prato	Legumes estufados (repolho e cenoura, feijão-frade) com batata cozida com salada de tomate e pepino	332	79	1,7	0,2	11,5	1,4	3,8	0,1
Vegetariana	Gelatina vegetal de pêssego	1596	376	0,0	0,0	93,9	0,0	0,0	0,2
Sobremesa									
Quarta									
Sopa	Grão com couve coração ^{1,6,7,8,12} Tirinhas de peru estufadas com macarronete e salada de alface, tomate e pepino ¹	307	71	0,8	0,1	12,9	2,9	2,1	0,1
Prato	Tirinhas de seitan estufadas com macarronete e salada de alface, tomate e pepino ^{1,6}	586	139	4,2	0,7	13,5	1,0	11,0	0,1
Vegetariana	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sobremesa									
Quinta									
Sopa	Feijão-verde ^{1,6,7,8,12} Bacalhau à brás com salada de alface, cenoura e tomate ⁷	294	68	0,7	0,1	12,6	2,8	1,8	0,1
Prato	Empadão de legumes (batata, cenoura, ervilhas, espinafres) com feijão-verde cozido	542	128	2,0	0,4	19,5	2,7	6,3	0,1
Vegetariana	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sobremesa									
Sexta									
Sopa	Espinafres com feijão manteiga ^{1,6,7,8,12} Cubos de porco estufados com esparguete e salada de alface, tomate e pepino ¹	318	73	0,8	0,1	12,9	2,4	2,4	0,2
Prato	Tofu estufado com esparguete e salada de alface, tomate e pepino ^{1,6}	582	139	6,8	1,9	9,6	1,2	9,5	0,1
Vegetariana	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sobremesa									

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

ESCOLAS AZAMBUJA
Semana 20 a 24 maio
Almoço



		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Segunda									
Sopa	Canja de galinha com massinha couscous ¹	491	116	1,0	0,3	17,0	2,3	9,0	0,2
Sopa 1	Creme de alho francês ^{1,6,7,8,12}	338	78	0,9	0,1	14,1	1,8	2,4	0,1
Prato	Hambúrguer de aves no forno com arroz de ervilhas e salada de alface, tomate e milho ^{1,6,12}	616	146	4,8	1,1	15,7	0,8	9,9	0,1
	Hamburguer de grão e batata-doce no forno								
Vegetariana	com arroz de ervilhas e salada de alface, tomate e milho	751	178	1,5	0,1	32,2	2,9	6,9	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Terça									
Sopa	Agrião ^{1,6,7,8,12}	316	72	0,8	0,1	13,6	2,6	1,9	0,1
Prato	Panados de peixe no forno com massa lacinhos e salada de alface e cenoura ⁴	366	87	2,9	0,4	6,2	1,1	8,5	0,2
	Salada de feijão catarino com batata, brócolos e cenoura cozida	625	149	2,8	0,3	22,5	1,3	7,8	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Quarta									
Sopa	Juliana com ervilhas ^{1,6,7,8,12}	277	64	0,6	0,1	11,7	2,2	1,9	0,1
Prato	Pá de porco estufada com batata pala-pala e arroz branco com salada de alface, pepino e milho ¹	699	166	8,3	2,2	11,4	0,6	11,4	0,2
	Tofu estufado com cenoura e batatas pala-pala e salada de alface, pepino e milho ^{1,6}	507	121	5,6	1,5	8,9	1,1	8,5	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Quinta									
Sopa	Feijão-verde e alho-francês ^{1,6,7,8,12}	263	61	0,6	0,1	10,8	2,7	1,9	0,1
Prato	Saladinha de atum com batata, ovo cozido, cenoura e ervilhas ^{3,4}	505	120	2,9	0,5	14,6	1,1	9,2	0,1
	Legumes estufados (repolho e cenoura) com ervilhas e batata cozida	783	186	2,9	0,4	29,1	1,3	8,6	0,1
Sobremesa	Arroz doce ⁷	623	147	1,2	0,6	29,8	8,7	4,0	0,1
Sexta									
Sopa	Nabiças com feijão encarnado ^{1,6,7,8,12}	334	77	0,7	0,1	14,3	2,4	2,4	0,1
Prato	Peitinhos de frango grelhados, com massa fusilli tricolor, salada de alface, milho e couve roxa ^{1,7}	463	110	3,5	0,9	8,8	0,9	10,1	0,1
	Strogonoff de seitan e cogumelos com massa fusilli tricolor, salada de alface, milho e couve roxa ^{1,6}	415	98	2,1	0,3	10,1	0,8	8,9	0,3
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas

ESCOLAS AZAMBUJA
Semana 27 a 31 maio
Almoço



		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Segunda									
Sopa	Lombardo ^{1,6,7,8,12}	281	65	0,6	0,1	11,8	2,6	1,9	0,1
Prato	Ovos com cogumelos e salsichas de aves e arroz de milho, com salada de alface tomate e cenoura	763	182	9,6	3,1	12,7	1,1	10,8	0,2
Vegetariana	Salteado de salsichas de soja com arroz de milho com salada de alface, tomate e cenoura	950	225	3,3	0,5	31,1	1,7	13,9	0,2
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Terça									
Sopa	Macedónia ^{1,6,7,8,12}	286	66	0,6	0,1	12,3	2,0	1,8	0,1
Prato	Lombos de salmão lascados, salteado com alho, esparguete e legumes salteados (brócolos, cenoura e curgete) ^{1,4}	640	153	9,5	1,8	8,2	1,5	7,8	0,1
Vegetariana	Salada de grão com esparguete, brócolos, cenoura e curgete ¹	620	147	3,5	0,5	20,2	2,4	6,5	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Quarta									
Sopa	Creme de ervilhas ^{1,6,7,8,12}	337	78	0,7	0,1	14,7	2,5	2,3	0,1
Prato	Peito de frango grelhado com arroz de milho e salada de alface, pepino e beterraba	532	126	2,8	0,4	13,8	1,0	10,8	0,2
Vegetariana	Tofu grelhado com arroz de milho e salada de alface, pepino e beterraba ⁶	558	140	6,2	1,3	11,6	0,8	8,4	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Quinta									
Sopa	Couve portuguesa ^{1,6,7,8,12}	265	61	0,6	0,1	10,9	1,8	1,9	0,1
Prato	H...					7,1	1,1	9,6	0,7
Vegetariana	Er...					11,4	1,5	3,5	0,1
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0
Sexta									
Sopa	Mediterrânica (cenoura, cebola e couve-lombarda) ^{1,6,7,8,12}	281	65	0,6	0,1	11,8	2,6	1,9	0,1
Prato	Almôndegas mistas estufadas com esparguete e legumes salteados (curgete, alho francês, cenoura e pimento) ^{1,6,12}	374	89	3,1	0,9	9,1	2,1	5,3	0,4
Vegetariana	Almondegas de soja e feijão preto estufadas com esparguete e legumes salteados (curgete, alho francês, cenoura e pimento) ^{1,6}	504	119	2,0	0,3	16,2	2,1	7,9	0,1
Sobremesa	Gelatina vegetal de morango	1574	370	0,0	0,0	92,6	0,0	0,0	0,2

Feriado Nacional

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten., ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de sésamo, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos. Se é alérgico a algum alimento, por favor informe-se junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas possíveis contaminações cruzadas. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. Valores médios de 100 g ou 100 ml, calculados a partir dos valores médios conhecidos dos ingredientes utilizados, segundo o Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Tabela da Composição de Alimentos (2007), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas