



SEMANA 13 a 17 de abril

		Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)	
2F	Lanche	logurte líquido de aromas+ pão de mistura com manteiga	308	74	2,6	1,2	8,8	4,6
	Lanche Vegetariano	"logurte" líquido de soja+pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
3F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+Galletas de milho	286	68	2	1	6	0,2
4F	Lanche	Banana+ 1 pão de mistura com queijo	306	73	1,5	6,9	0,7	0,1
	Lanche Vegetariano	Banana+1 pão de mistura com "queijo vegan"	301	72	1	7	1	0,1
5F	Lanche	Leite simples+pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+pão com fiambre de aves	490	117	2	1	13	0,1
6F	Lanche	logurte sólido de aromas + bolacha maria + fruta assada s/ açúcar	748	179	4,6	1,6	5,7	0,3
	Lanche Vegetariano	"logurte" de soja + Galletas de arroz+ fruta assada S/ açúcar	465	111	1	0	10	0,4

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional Information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

SQBAN



SEMANA 20 a 24 de abril

		Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)	
2.F	Lanche	Leite simples+ cereias de milho integrais+fruta	593	142	1,7	0,1	1,2	0,3
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+granola+ fruta	545	130	4	1	5	0,5
3.F	Lanche	iogurte líquido de aromas+ pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Banana+pão de mistura com "queijo" vegan	301	72	1	7	1	0,1
4.F	Lanche	iogurte sólido de aromas+ 1 pão de mistura com manteiga	601	73	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	"iogurte" de soja + pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
5.F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+ pão de mistura com doce	695	166	3	1	10	0,2
6.F	Lanche	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com queijo	403	117	0,8	0,4	8,1	0,4
	Lanche Vegetariano	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com "queijo" vegan	403	117	1	0	8	0,4

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 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional Information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

5039N



SEMANA 27 de abril a 1 de maio

			Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Lanche	logurte líquido de aromas+ pão de mistura com manteiga	308	74	2,6	1,2	8,8	4,6
	Lanche Vegetariano	"logurte" líquido de soja+pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
3F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+Galletes de milho	286	68	2	1	6	0,2
4F	Lanche	Banana+ 1 pão de mistura com queijo	306	73	1,5	6,9	0,7	0,1
	Lanche Vegetariano	Banana+1 pão de mistura com "queijo vegan"	301	72	1	7	1	0,1
5F	Lanche	Leite simples+pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+pão com fiambre de aves	490	117	2	1	13	0,1
6F	Lanche							
	Lanche Vegetariano							

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

S039N



SEMANA 4 a 8 de maio

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Lanche	Leite simples+ cereias de milho integrais+fruta	593	142	1,7	0,1	1,2	0,3
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+granola+ fruta	545	130	4	1	5	0,5
3F	Lanche	logurte líquido de aromas+ pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Banana+pão de mistura com "queijo" vegan	301	72	1	7	1	0,1
4F	Lanche	logurte sólido de aromas+ 1 pão de mistura com manteiga	601	73	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	"iogurte" de soja + pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
5F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+ pão de mistura com doce	695	166	3	1	10	0,2
10F	Lanche	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com queijo	403	117	0,8	0,4	8,1	0,4
	Lanche Vegetariano	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com "queijo" vegan	403	117	1	0	8	0,4

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

SOSP/N



SEMANA 11 a 15 de maio

			Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Lanche	logurte líquido de aromas+ pão de mistura com manteiga	308	74	2,6	1,2	8,8	4,6
	Lanche Vegetariano	"logurte" líquido de soja+pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
3F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+Galetes de milho	286	68	2	1	6	0,2
4F	Lanche	Banana+ 1 pão de mistura com queijo	306	73	1,5	6,9	0,7	0,1
	Lanche Vegetariano	Banana+1 pão de mistura com "queijo vegan"	301	72	1	7	1	0,1
5F	Lanche	Leite simples+pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+pão com fiambre de aves	490	117	2	1	13	0,1
6F	Lanche	logurte sólido de aromas + bolacha maria + fruta assada s/ açúcar	748	179	4,6	1,6	5,7	0,3
	Lanche Vegetariano	"iogurte" de soja + Galetes de arroz+ fruta assada S/ açúcar	465	111	1	0	10	0,4

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 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

SCSARN





SEMANA 18 a 22 de maio

			Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2.F	Lanche	Leite simples+ cereias de milho integrais+fruta	593	142	1,7	0,1	1,2	0,3
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+granola+ fruta	545	130	4	1	5	0,5
3.F	Lanche	logurte líquido de aromas+ pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Banana+pão de mistura com "queijo" vegan	301	72	1	7	1	0,1
4.F	Lanche	logurte sólido de aromas+ 1 pão de mistura com manteiga	601	73	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	"iogurte" de soja + pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
5.F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+ pão de mistura com doce	695	166	3	1	10	0,2
10.F	Lanche	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com queijo	403	117	0,8	0,4	8,1	0,4
	Lanche Vegetariano	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com "queijo" vegan	403	117	1	0	8	0,4

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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 – 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

SC39N



SEMANA 25 a 29 de maio

			Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Lanche	logurte líquido de aromas+ pão de mistura com manteiga	308	74	2,6	1,2	8,8	4,6
	Lanche Vegetariano	"logurte" líquido de soja+pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
3F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+Galetes de milho	286	68	2	1	6	0,2
4F	Lanche	Banana+ 1 pão de mistura com queijo	306	73	1,5	6,9	0,7	0,1
	Lanche Vegetariano	Banana+1 pão de mistura com "queijo vegan"	301	72	1	7	1	0,1
5F	Lanche	Leite simples+pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+pão com fiambre de aves	490	117	2	1	13	0,1
6F	Lanche	logurte sólido de aromas + bolacha maria + fruta assada s/ açúcar	748	179	4,6	1,6	5,7	0,3
	Lanche Vegetariano	"logurte" de soja + Galetes de arroz+ fruta assada S/ açúcar	465	111	1	0	10	0,4

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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 — 1250-095 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

SOBAM



SEMANA 1 a 5 de junho

			Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2.F	Lanche	Leite simples+ cereias de milho integrais+fruta	593	142	1,7	0,1	1,2	0,3
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+granola+ fruta	545	130	4	1	5	0,5
3.F	Lanche	iogurte liquido de aromas+ pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Banana+pão de mistura com "queijo" vegan	301	72	1	7	1	0,1
4.F	Lanche	iogurte sólido de aromas+ 1 pão de mistura com manteiga	601	73	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	"iogurte" de soja + pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
5.F	Lanche							
	Lanche Vegetariano							
6.F	Lanche	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com queijo	403	117	0,8	0,4	8,1	0,4
	Lanche Vegetariano	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com "queijo" vegan	403	117	1	0	8	0,4

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

Sc99N



SEMANA 8 a 12 de junho

			Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Lanche	iogurte líquido de aromas+ pão de mistura com manteiga	308	74	2,6	1,2	8,8	4,6
	Lanche Vegetariano	"iogurte" líquido de soja+pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
3F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+Galetes de milho	286	68	2	1	6	0,2
4F	Lanche							
	Lanche Vegetariano							
5F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+pão com fiambre de aves	490	117	2	1	13	0,1
6F	Lanche	iogurte sólido de aromas + bolacha maria + fruta assada s/ açúcar	748	179	4,6	1,6	5,7	0,3
	Lanche Vegetariano	"iogurte" de soja + Galetas de arroz+ fruta assada S/ açúcar	465	111	1	0	10	0,4

Fruta sujeita à alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

SUZAN



SEMANA 15 a 19 de junho

			Energia (kj)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Lanche	Leite simples+ cereias de milho integrais+fruta	593	142	1,7	0,1	1,2	0,3
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+granola+ fruta	545	130	4	1	5	0,5
3F	Lanche	iogurte liquido de aromas+ pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Banana+pão de mistura com "queijo" vegan	301	72	1	7	1	0,1
4F	Lanche	iogurte sólido de aromas+ 1 pão de mistura com manteiga	601	73	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	"iogurte" de soja + pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
5F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+ pão de mistura com doce	695	166	3	1	10	0,2
6F	Lanche	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com queijo	403	117	0,8	0,4	8,1	0,4
	Lanche Vegetariano	Puré de maçã S/ adição de açuca+ 1 pão de mistura com "queijo" vegan	403	117	1	0	8	0,4

Fruta sujeita a alteração, para uma melhor gestão da maturação da fruta da época e redução do desperdício alimentar. **Alérgenos:** 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 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional Information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

S03AN



SEMANA 22 a 26 de junho

			Energia (kJ)	Energia (Kcal)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Açúcar (g)	Sal (g)
2F	Lanche	logurte líquido de aromas+ pão de mistura com manteiga	308	74	2,6	1,2	8,8	4,6
	Lanche Vegetariano	"logurte" líquido de soja+pão de mistura com manteiga de amendoim	695	166	3	1	10	0,2
3F	Lanche	Leite simples+ pão de mistura com fiambre de aves	601	144	3,8	1,5	3,5	1,0
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+Galetes de milho	286	68	2	1	6	0,2
4F	Lanche	Banana+ 1 pão de mistura com queijo	306	73	1,5	6,9	0,7	0,1
	Lanche Vegetariano	Banana+1 pão de mistura com "queijo vegan"	301	72	1	7	1	0,1
5F	Lanche	Leite simples+pão de mistura com fiambre de aves	607	145	1,6	0,1	5,8	0,4
	Lanche Vegetariano	Bebida de soja simples+pão com fiambre de aves	490	117	2	1	13	0,1
6F	Lanche	logurte sólido de aromas + bolacha maria + fruta assada s/ açúcar	748	179	4,6	1,6	5,7	0,3
	Lanche Vegetariano	"logurte" de soja + Galetes de arroz+ fruta assada S/ açúcar	465	111	1	0	10	0,4

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 — 1250-096 Lisboa

Fruit subject to change for better management of seasonal fruit ripening and food waste reduction. **Allergens:** Please ask our staff for more information. Cross-contamination cannot be excluded in this restaurant. **Nutritional information** provided per 100g/100ml of product. This establishment has a **Complaints Book**.

S089N
A