

Semana 4

CSP Vera Cruz - Creche

Declaração nutricional 100g

Segunda-feira

		VE Kj	VE Kcal	Lip g	AG. Sat g	Açúc g	Sal g
Sopa	Legumes com frango/Creme de ervilhas	389/ 246	93/ 59	1,5/ 1	0,8/0, 3	1,9/ 1,9	0,0/ 0,1
Prato	Arroz com carne picada estufada com cogumelos picados e salada de tomate	677	162	6	2	1,6	0,1
Sobremesa	Fruta	238	57	0	0	13	0

Terça-Feira

Sopa	Legumes com abrótea/Feijão catarino com couve	255/ 411	61/ 98	1,4/ 2	1,3/0, 3	0,2/ 2,5	0,0/ 0,1
Prato	Saladinha de peixe com batata, feijão frade e ovo	324	78	1,2	0,1	1,1	0,1
Sobremesa	Fruta	238	57	0	0	13	0

Quarta-feira

Sopa	Legumes com peru/Creme de alho francês com cenoura	286/ 242	69/ 58	1,5/ 2	1,3/0, 3	0,2/ 2,1	0,0/ 0,1
Prato	Arroz de aves (peru e frango) com cenoura e ervilhas	656	157	3,6	0,9	0,4	0,2
Sobremesa	Fruta	238	57	0	0	13	0

Quinta-feira

Sopa	Legumes com pescada/Repolho	255/ 223	61/ 53	1,4/ 2	1,3/0, 3	0,2/ 2,3	0,0/ 0,1
Prato	Pescada estufada com ervilhas, cenoura e batata	363	87	0,4	0	0,7	0,3
Sobremesa	Fruta/Gelatina	321/ 360	77/ 86	0/0	0,0/0	17, 6/0	0,0/ 0

Sexta-feira

Sopa	Legumes com coelho/Creme de legumes	389/ 236	93/ 56	5,0/ 1	0,8/0, 2	1,9/ 1,7	0,0/ 0,1
Prato	Massa com peito de frango desfiado e salada mista	727	174	4,4	1,2	0,9	0,2
Sobremesa	Fruta	238	57	0	0	13	0



Allergens: Informe-se, por favor, junto da nossa equipa. Não poderão ser excluídas as contaminações cruzadas no restaurante | Declaração nutricional por 100g/100ml de produto | Este estabelecimento dispõe de Livro de Reclamações ASAE Rua Rodrigo da Fonseca 73, 1250-096 Lisboa
Allergens: Please get more information with our staff. Cross contaminations in the restaurant can not be excluded | Nutritional information presented per 100 g/100 ml of product | This establishment has complaints book.