

## Ficha Técnica de Ementa

**Descrição do Prato Confeccionado:** Arroz de potas

**Matérias-primas e ingredientes (composição e quantidades aproximadas de alimentos por utente):** Água da companhia; 130g\*/170 g\*\* de potas ; arroz 40g\*/60g\*\*; 3 ml\*/5ml\*\* azeite; sal <0,2g; 25 g tomate; 25 g cebola e 1,5g alho; salsa q.b ; louro q.b

**\*\*\*Informação Nutricional (valores médios de 100g ou 100ml)**

**V.E :** 876Kj/ 205 Kcal

**Líp:** 2,6g dos quais AG. Sat.0,3 g

**H.C:** 25,8 g dos quais Açucares 0,4g

**Prot :** 10,5 g

**Sal:** 0,2 g

**Modo de Preparação:** Estufado

**Características Microbiológicas a respeitar:**

*N.º total de germes a 30 °C < 10<sup>4</sup> ufc/g*

*Enterobacteriaceae < 100 ufc/g*

*Staphylococcus aureus < 20 ufc/g*

*E. coli < 10<sup>2</sup> ufc/g*

*Listeria monocytogenes - Ausência em 25 g*

*Salmonella - Ausência em 25 g*

**Embalagem, condições de Conservação e Distribuição:**

Serviço interno no refeitório: Travessas inox; estufa Cuvetes inox

**Prazo de validade:**

Produto para consumo ao almoço no próprio dia da sua confecção.

**Modo de Utilização:**

Produto a consumir conforme empratamento.

**Consumidor Alvo:**

Crianças e adultos

\*crianças

\*\*Adultos

\*\*\*Declaração nutricional: 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.

Legenda: VE - Valor energético, Líp. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas.