

Ficha Técnica de Ementa

Descrição do Prato Confeccionado: Lasanha de paloco

Matérias-primas e ingredientes (composição e quantidades aproximadas de alimentos por utente): Água da companhia; 100g*/130 g** de migas de paloco ; 3 placas de lasanha (em média);3 ml azeite; sal <0,2g; 25 g cebola;30g cenoura;1*/2* colheres de farinha; 35ml* /45ml** leite; noz-moscada q.b; louro q.b; alho q.b; salsa q.b

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

V.E : 906Kj**/ 897 Kj* ; 206 Kcal**/195 Kcal*

Líp: 15,0g**/ 14,2 g* dos quais AG. Sat. 4,7g**/4,1 g*

H.C: 54,3 g**/ 46,6 g* dos quais Açucares 2,6g**/ 1,8g*

Prot : 38,9 g**/ 32,6g*

Sal: 0,3g

Modo de Preparação: Estufado

Características Microbiológicas a respeitar:

N.º total de germes a 30 °C < 10⁴ ufc/g

Enterobacteriaceae < 100 ufc/g

Staphylococcus aureus < 20 ufc/g

E. coli < 10² ufc/g

Listeria monocytogenes - Ausência em 25 g

Salmonella - Ausência em 25 g

Embalagem, condições de Conservação e Distribuição:

Serviço externo SAD: Tabuleiros isotérmicos com pratos e malgas de porcelana com tampas.

Serviço interno creche: Servido em cuvetes de inox

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: Serviço Externo SAD: A utilização prevista para estes produtos é todo o tipo de consumidores

Serviço interno nos refeitórios: Todas as crianças, idosos e colaboradores de todas as faixas etárias.

*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.