

Ficha Técnica de Ementa

Descrição do Prato Confeccionado: Pescada grelhada

Matérias-primas e ingredientes (composição e quantidades aproximadas de alimentos por utente): Água da companhia; 120 g*/ 160g** pescada; 3 g alho; 3 g limão e 0,2 g sal; 3 g salsa; 3 ml azeite

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

V.E : 435Kj ; 123 Kcal

Líp: 4,3g dos quais AG. Sat. 0,4g

H.C: 5,3 g dos quais Açucares 0,6 g

Prot : 6,5g

Sal: 0,2g

Modo de Preparação: grelhada

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 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 interno nos refeitórios: 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.