

Ficha Técnica de Ementa

Descrição do Prato Confeccionado: pescada no forno

Matérias-primas e ingredientes (composição e quantidades aproximadas de alimentos por utente): Água da companhia; 100g*/140 g** pescada ;3 ml azeite; sal <0,2g; 25 g tomate; 25 g cebola; alho q.b; salsa q.b

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

V.E : 534Kj/176 Kcal

Líp: 3,2g dos quais AG. Sat.0,5g

H.C: 5,1 g dos quais Açucares 0,2 g

Prot : 8,1 g

Sal: 0,2g

Modo de Preparação: Assado

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.