

Ficha Técnica de Ementa

Descrição do Prato Confeccionado: Tintureira grelhada com batata cozida e brócolos

Matérias-primas e ingredientes (composição e quantidades aproximadas de alimentos por utente): Água da companhia; 120g*/160 g** tintureira; sal <0,2g; 1,2g*/1,5g* alho; 10g limão; 160g*/220g** batata; 150g*/200g** brócolos

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

V.E : 876Kj/ 197Kcal

Líp: 2,9 g dos quais AG. Sat. 0,6g

H.C: 19,3 g dos quais Açucares 1,7g

Prot : 7,8 g

Sal: 0,2g

Modo de Preparação: Tintureira e cozido

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: Todas as 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.