



Centro Social e
Paroquial da Borralha

Ficha Técnica de Ementa n.º 218

Edição: B
Página: 1 de 1

Elaborado: _____ Aprovado: Dina Dial Data: 25/03/2024

Descrição do Prato Confeccionado: pera assada

Matérias-primas e ingredientes (composição e quantidades aproximadas de alimentos por utente): Água da companhia; 70g*/ 85g**pera, casca de limão q.b; pau de canela q.b.

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

V.E : 199 Kj/47 Kcal

Líp: 0,4 g dos quais AG. Sat. 0,0 g

H.C: 9,4 g dos quais açucares 9,4g

Prot : 0,3 g

Sal: 0,08 g

Modo de Preparação: assada

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 de 3 a 5 anos (Pré) e dos 6 a 10 anos (CATL), idosos e colaboradores de todas as faixas etárias.

Serviço interno no refeitório de creche: todas as crianças a partir de 1 ano (transição)

Não foram identificados alergénios que podem levar a restrição do seu consumo

*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.



Elaborado: _____ Aprovado: Dina Dias Data: 25/03/2024

Descrição do Prato Confeccionado: maçã assada

Matérias-primas e ingredientes (composição e quantidades aproximadas de alimentos por utente): Água da companhia; 70g*/ 85g**maçã, casca de limão q.b; pau de canela q.b.

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

V.E : 247 Kj/64 Kcal

Líp: 0,5 g dos quais AG. Sat. 0,1 g

H.C: 13,4g dos quais açucares 13,4g

Prot : 0,2 g

Sal: 0,06 g

Modo de Preparação: assada

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 de 3 a 5 anos (Pré) e dos 6 a 10 anos (CATL), idosos e colaboradores de todas as faixas etárias.

Serviço interno no refeitório de creche: todas as crianças a partir de 1 ano (transição).

Não foram identificados alergénios que podem levar a restrição do seu consumo

*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.



Centro Social e
Paroquial da Borralha

Ficha Técnica de Ementa n.º 229

Edição: B
Página: 1 de 1

Elaborado: _____ Aprovado: Dina Dias Data: 25/3/2019

Descrição do Prato Confeccionado: Salada de fruta

Matérias-primas e ingredientes (composição e quantidades aproximadas de alimentos por utente): água da companhia, 50g pêra; 50g maçã; 30g banana; 30g pêsego; 30g ananas; sumo de meia laranja

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

V.E : 289Kj /50 Kcal

Líp: 0 g dos quais AG. Sat. 0 g

H.C: 12,6 g dos quais Açucares 10,3 g

Prot : 0,5 g

Sal: 0 g

Modo de Preparação:

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 de 3 a 5 anos (Pré) e dos 6 a 10 anos (CATL), idosos e colaboradores de todas as faixas etárias.

Serviço interno no refeitório de creche: todas as crianças a partir de 1 ano (transição).

Não foram identificados alergénios que podem levar a restrição do seu consumo

*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.



Centro Social e
Paroquial da Borralha

Ficha Técnica de Ementa n.º 231

Edição: B
Página: 1 de 1

Elaborado:  Aprovado: Dina Dias Data: 25/03/2024

Descrição do Prato Confeccionado: pera cozida

Matérias-primas e ingredientes (composição e quantidades aproximadas de alimentos por utente): água da companhia; 70g*/ 85g**pera, casca de limão q.b; pau de canela q.b

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

V.E : 199 Kj/47 Kcal

Líp: 0,4 g dos quais AG. Sat. 0,0 g

H.C: 9,4 g dos quais açucares 9,4g

Prot : 0,3 g

Sal: 0,08 g

Modo de Preparação: cozida

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 de 3 a 5 anos (Pré) e dos 6 a 10 anos (CATL), idosos e colaboradores de todas as faixas etárias.

Serviço interno no refeitório de creche: todas as crianças a partir de 1 ano (transição).

Não foram identificados alergénios que podem levar a restrição do seu consumo

*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.