

Semana 4

5 a 9 de outubro

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Segunda-Feira	Sopa	405,0	96,8	1,4	0,3	15,4	3,2	0,2	6,2
	Prato	2030,7	485,3	8,8	1,4	71,1	23,9	0,8	4,9
	Salada	Feriado							
	Sobremesa	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Pão	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.									

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Terça-Feira	Sopa	515,6	123,2	2,0	0,3	18,0	5,4	0,3	5,8
	Prato	1371,1	327,7	8,4	1,3	38,3	15,7	0,4	6,9
	Salada	186,2	44,5	0,3	0,0	5,2	3,2	0,1	4,8
	Sobremesa	281,3 / 343,5	67,2 / 82,1	0,5 / 0,7	0,1 / 0,1	13,9 / 17,4	0,7 / 0,3	0,0 / 0,0	13,8 / 17,4
	Pão	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Quarta-Feira	Sopa	443,9	106,1	1,2	0,1	16,7	3,8	0,3	7,8
	Prato	2244,7	536,5	8,7	1,4	77,4	25,7	0,6	5,2
	Salada	236,0	56,4	0,6	0,1	5,4	4,6	0,1	2,5
	Sobremesa	281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
	Pão	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Quinta-Feira	Sopa	468,9	112,1	1,7	0,2	15,9	5,1	0,4	4,7
	Prato	1736,4	415,0	9,0	1,0	40,3	36,7	0,4	3,4
	Salada	167,4	40,0	0,2	0,0	5,2	2,4	0,2	5,1
	Sobremesa	281,3 / 502,1	67,2 / 120,0	0,5 / 0,0	0,1 / 0,0	13,9 / 30,0	0,7 / 0,0	0,0 / 0,1	13,8 / 30,0
	Pão	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)
Sexta-Feira	Sopa	410,0	98,0	1,4	0,2	14,5	4,0	0,2	5,4
	Prato	1892,0	452,2	11,3	1,6	62,9	18,4	0,3	5,9
	Salada	190,9	45,6	0,2	0,0	6,8	2,1	0,1	6,2
	Sobremesa	281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
	Pão	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: (1) Cereais que contêm glúten, (2) Crustáceos, (3) Ovos, (4) Peixes, (5) Amendoins, (6) Soja, (7) Leite, (8) Frutos de casca rija, (9) Aipo, (10) Mostarda, (11) Sementes de sésamo, (12) Dióxido de enxofre e sulfitos, (13) Tremoço, (14) Moluscos.

Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas. Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários.

Declaração nutricional: valores por dose, 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, Lip. - Lípidos, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas.