



Ementa

Semana 23

27 de Fevereiro a 3 de Março

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)	
Segunda-Feira	Sopa	Abóbora com espinafres ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽⁹⁾⁽¹²⁾								
	Prato	Massa com atum, cenoura e ervilhas ⁽¹⁾⁽⁴⁾								
	Vegetariano	Jardineira de soja com massa cotovelos (ervilhas, cenoura e feijão-verde) ⁽¹⁾⁽⁶⁾⁽⁸⁾⁽¹¹⁾								
	Salada	Cenoura, pepino e tomate								
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)								
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾								
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								
Terça-Feira	Sopa	Lentilhas e couve-portuguesa ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾								
	Prato	Carne de vaca estufada aos cubos com cenoura, Arroz de ervilhas								
	Vegetariano	Caril de feijão branco e espinafres ⁽⁶⁾⁽⁹⁾⁽¹⁰⁾ com Arroz branco								
	Salada	Alface, cenoura e pimento								
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)								
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾								
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								
Quarta-Feira	Sopa	Creme de alho francês com cenoura e curgete ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽⁹⁾⁽¹²⁾								
	Prato	Pescada assada ⁽²⁾⁽⁴⁾⁽¹⁴⁾ com Batatas e Brócolos cozidos								
	Vegetariano	Grão estufado com cenoura e couve-lombarda, Batatas e Brócolos cozidos								
	Salada	Alface, cenoura e milho								
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada								
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾								
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								
Quinta-Feira	Sopa	Feijão-verde com cenoura ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾								
	Prato	Frango no forno com Arroz de cenoura								
	Vegetariano	Favas guisadas com pimentos e coentros, Arroz de cenoura								
	Salada	Alface, pepino e tomate								
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)								
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾								
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								
Sexta-Feira	Sopa	Feijão-vermelho com nabiças ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾								
	Prato	Paloco à Brás ⁽¹⁾⁽²⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁹⁾⁽¹⁰⁾⁽¹³⁾⁽¹⁴⁾								
	Vegetariano	Batatas com lentilhas e legumes (cenoura e couve-flor) no forno com broa ⁽¹⁾								
	Salada	Alface, milho e pimento								
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) / Pudim ⁽³⁾⁽⁷⁾								
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾								
		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) Alho, (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. - Lipídios, AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, HC - Hidratos de Carbono, Prot. - Proteínas.



Ementa

Semana 22

20 a 24 de Fevereiro

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)		
Segunda-Feira	Sopa	Alho francês com feijão-verde ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽⁹⁾⁽¹²⁾		458,2	109,5	1,5	0,3	16,6	4,1	0,2	7,1
	Prato	Almôndegas estufadas ⁽¹⁾⁽⁶⁾⁽⁹⁾⁽¹⁰⁾ , Esparguete com ervilhas ⁽¹⁾		1665,4	398,0	13,2	4,0	32,9	34,1	0,5	3,0
	Vegetariano	Almôndegas de lentilhas e aveia estufadas com molho de tomate ⁽¹⁾ , Esparguete com ervilhas ⁽¹⁾		2463,5	588,8	7,6	1,3	93,1	28,8	0,5	6,9
	Salada	Alface, cenoura e pimento		138,4	33,1	0,4	0,0	3,7	2,2	0,1	3,5
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Terça-Feira	Sopa	CARNIVAL									
	Prato										
	Vegetariano										
	Salada										
	Sobremesa										
	Pão										
Quarta-Feira	Sopa	Feijão branco com nabijas ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾		514,1	122,9	1,6	0,2	18,1	5,4	0,3	5,0
	Prato	Arroz de frango no forno ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽¹²⁾		2210,0	528,2	27,2	6,1	40,0	30,1	0,6	0,5
	Vegetariano	Soja estufada com curgete e couve-coração ⁽¹⁾⁽⁶⁾⁽⁸⁾⁽¹¹⁾ , Arroz de branco		2076,9	496,4	9,4	1,1	60,6	35,6	0,3	3,3
	Salada	Alface, cenoura e couve em juliana		167,7	40,1	0,3	0,0	4,1	3,2	0,1	3,9
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Quinta-Feira	Sopa	Abóbora com couve-branca ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾		318,7	76,2	1,6	0,3	8,1	4,1	0,2	7,4
	Prato	Pescada gratinada ⁽²⁾⁽⁴⁾⁽¹⁴⁾ com Batatas cozidas e Feijão-verde cozido		1139,4	272,3	8,7	1,3	23,0	23,6	0,5	3,3
	Vegetariano	Salada de grão-de-bico com batata, feijão-verde e cenoura ⁽¹²⁾		1651,2	394,6	10,2	1,3	54,6	15,2	0,4	5,9
	Salada	Milho, pepino e tomate		172,9	41,3	0,5	0,1	4,8	2,7	0,0	2,8
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina ⁽¹²⁾		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	Pão de mistura ⁽¹⁾		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Sexta-Feira	Sopa	Caldo verde ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾		516,3	123,4	4,7	1,4	12,2	5,9	0,2	4,0
	Prato	Febras de porco estufadas com Arroz de coentros		1835,5	438,7	17,0	4,4	38,8	30,8	0,3	4,4
	Vegetariano	Ervilhas estufadas com legumes (alho francês, couve flor e espinafres) ⁽⁹⁾ , Arroz branco		1700,0	406,3	8,8	1,3	56,4	16,6	0,3	4,3
	Salada	Couve em juliana, alface, couve roxa		206,7	49,4	0,3	0,0	4,7	4,3	0,1	4,2
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾		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) Tremço, (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.



Ementa

Semana 21

13 a 17 de Fevereiro

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)	
Segunda-Feira	Sopa	Curgete com macedónia ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾								
	Prato	360,5	86,2	1,7	0,4	9,9	4,3	0,2	7,6	
	Vegetariano	Atum com ovo e salada russa ⁽³⁾⁽⁴⁾								
	Salada	1685,8	402,9	15,9	1,9	26,5	33,7	1,5	6,6	
	Sobremesa	Salada de batata, ervilhas, cenoura e feijão verde ⁽¹²⁾								
	Pão	1305,0	311,9	8,1	1,2	36,9	14,1	0,4	5,8	
		120,8	28,9	0,5	0,1	2,9	2,2	0,1	2,9	
		Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada								
		281,3 / 351,9	67,2 / 84,1	0,5 / 0,7	0,1 / 0,1	13,9 / 17,9	0,7 / 0,3	0,0 / 0,0	13,8 / 17,9	
		Pão de mistura ⁽¹⁾								
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								
Terça-Feira	Sopa	Feijão-verde com cenoura ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾								
	Prato	458,2	109,5	1,5	0,3	16,6	4,1	0,2	7,1	
	Vegetariano	Feijoada à Portuguesa ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽¹²⁾ , Arroz branco								
	Salada	2429,0	580,5	19,4	5,3	59,2	36,2	0,4	3,5	
	Sobremesa	Feijoada de legumes (cenoura e couve lombarda), Arroz branco								
	Pão	2033,8	486,1	8,5	1,3	69,7	21,8	0,3	5,3	
		198,1	47,3	0,3	0,0	5,2	3,5	0,1	3,1	
		Alface, cenoura e milho								
		Fruta da época (min. 3 variedades)								
		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8	
		Pão de mistura ⁽¹⁾								
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								
Quarta-Feira	Sopa	Couve-flor com cenoura ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾								
	Prato	404,3	96,6	1,4	0,1	15,1	3,3	0,2	6,8	
	Vegetariano	Abrótea assada ⁽²⁾⁽⁴⁾⁽¹⁴⁾ com Batatas e Brócolos cozidos								
	Salada	1066,9	255,0	7,5	1,1	22,3	22,9	0,5	3,0	
	Sobremesa	Empadão de lentilhas no forno ⁽⁶⁾								
	Pão	1705,0	407,5	8,4	1,1	54,7	22,6	0,5	5,9	
		120,9	28,9	0,5	0,1	2,9	2,2	0,1	2,9	
		Alface, pepino e tomate								
		Fruta da época (min. 3 variedades) / Leite-creme ⁽³⁾⁽⁷⁾								
		281,3 / 491,2	67,2 / 117,4	0,5 / 5,1	0,1 / 2,0	13,9 / 12,1	0,7 / 5,7	0,0 / 0,2	13,8 / 12,1	
		Pão de mistura ⁽¹⁾								
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								
Quinta-Feira	Sopa	Grão-de-bico com espinafres ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽⁹⁾⁽¹²⁾								
	Prato	503,2	120,3	2,0	0,2	17,8	4,8	0,2	4,0	
	Vegetariano	Tirinhas de frango estufadas com Massa fusilli ⁽¹⁾								
	Salada	1429,3	341,6	9,2	1,5	29,4	34,0	0,5	1,8	
	Sobremesa	Soja estufada com cenoura e milho ⁽¹⁾⁽⁶⁾⁽⁸⁾⁽¹¹⁾ , Massa fusilli ⁽¹⁾								
	Pão	1834,4	438,4	6,8	0,8	50,3	36,5	0,3	4,1	
		167,7	40,1	0,3	0,0	4,1	3,2	0,1	3,9	
		Alface, cenoura e couve em juliana								
		Fruta da época (min. 3 variedades)								
		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8	
		Pão de mistura ⁽¹⁾								
		Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.								
		125,6	30,0	0,3	0,1	4,5	1,2	0,1	4,3	
		Cenoura, pepino e tomate								
Sexta-Feira	Sopa	Creme de alface com nabo ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾								
	Prato	373,0	89,2	1,4	0,1	14,2	2,5	0,2	6,0	
	Vegetariano	Arroz de tentáculos de pota ⁽²⁾⁽⁴⁾⁽¹⁴⁾								
	Salada	1386,7	331,4	8,4	1,3	40,7	22,4	1,3	1,3	
	Sobremesa	Arroz de grão com cogumelos, cenoura e couve-lombarda ⁽¹²⁾								
	Pão	1990,7	475,8	10,4	1,4	73,0	16,5	0,4	4,3	
		125,6	30,0	0,3	0,1	4,5	1,2	0,1	4,3	
		Cenoura, pepino e tomate								
		Fruta da época (min. 3 variedades)								
		281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8	
		Pão de mistura ⁽¹⁾								
		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.



Ementa

Semana 20

6 a 10 de Fevereiro

		VE (KJ)	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Prot. (g)	Sal (g)	Açúcar (g)	
Segunda-Feira	Sopa	Abóbora com feijão-verde ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾	303,9	72,6	1,6	0,3	8,5	3,2	0,2	7,3
	Prato	Carne à bolonhesa ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽¹²⁾ com Esparguete ⁽¹⁾	1836,7	439,0	19,6	5,8	30,3	33,9	0,4	2,5
	Vegetariano	Lentilhas à bolonhesa com Esparguete ⁽¹⁾	1717,1	410,4	8,3	1,2	58,7	20,4	0,3	3,2
	Salada	Alface, cenoura e milho	198,1	47,3	0,3	0,0	5,2	3,5	0,1	3,1
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Terça-Feira	Sopa	Caldo verde ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾	516,3	123,4	4,7	1,4	12,2	5,9	0,2	4,0
	Prato	Meia desfeita de Paloco ⁽²⁾⁽³⁾⁽⁴⁾⁽¹²⁾⁽¹⁴⁾	1381,1	330,1	13,3	2,4	21,9	27,8	0,9	2,0
	Vegetariano	Salada de grão-de-bico com batata, cogumelos e cenoura ⁽¹²⁾	1612,4	385,4	10,1	1,3	53,0	14,8	0,5	4,8
	Salada	Cenoura, pepino e tomate	125,6	30,0	0,3	0,1	4,5	1,2	0,1	4,3
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) / Arroz doce ⁽⁷⁾	281,3 / 617,6	67,2 / 147,6	0,5 / 1,7	0,1 / 0,9	13,9 / 28,0	0,7 / 4,7	0,0 / 0,1	13,8 / 12,4
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Quarta-Feira	Sopa	Feijão branco com couve-lombarda ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾	561,9	134,3	1,6	0,2	19,3	6,5	0,2	6,2
	Prato	Costeletas de cebolada, Esparguete com ervilhas ⁽¹⁾	1940,8	463,9	22,6	6,8	32,9	29,4	0,3	3,1
	Vegetariano	Soja de cebolada ⁽¹⁾⁽⁶⁾⁽⁸⁾⁽¹¹⁾ , Esparguete com ervilhas ⁽¹⁾	1856,4	443,7	6,9	0,8	50,3	37,4	0,3	3,1
	Salada	Alface, pepino e tomate	120,9	28,9	0,5	0,1	2,9	2,2	0,1	2,9
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Quinta-Feira	Sopa	Creme de cenoura com brócolos ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽¹²⁾	362,8	86,7	1,5	0,2	12,9	3,2	0,3	4,5
	Prato	Arroz de peixes (pescada e tamboril) com coentros ⁽¹⁾⁽²⁾⁽⁴⁾⁽¹⁴⁾	1252,7	299,4	8,9	1,3	31,6	21,0	0,7	3,9
	Vegetariano	Croquetes de feijão preto e cenoura no forno ⁽¹⁾ , Arroz	2800,4	669,3	10,5	1,8	105,0	27,1	0,4	5,2
	Salada	Alface, milho e tomate	194,2	46,4	0,5	0,0	4,8	3,6	0,1	2,9
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida	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	Pão de mistura ⁽¹⁾	Pode ser solicitada a Ficha Técnica do Pão aos funcionários.							
Sexta-Feira	Sopa	Alho francês com curgete ⁽¹⁾⁽³⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾⁽⁹⁾⁽¹²⁾	428,8	102,5	1,5	0,3	15,5	3,9	0,2	6,6
	Prato	Carnes mistas estufadas (vaca e porco, cubos), Massa fusilli ⁽¹⁾	1743,9	416,8	17,5	4,7	33,0	29,6	0,3	5,2
	Vegetariano	Lentilhas e ervilhas estufadas com legumes (cenoura, pimento e alho francês) ⁽⁹⁾ , Massa fusilli ⁽¹⁾	1670,7	399,3	8,7	1,4	53,6	19,1	0,3	6,1
	Salada	Alface, cenoura e couve em juliana	167,7	40,1	0,3	0,0	4,1	3,2	0,1	3,9
	Sobremesa	Fruta da época (min. 3 variedades)	281,3	67,2	0,5	0,1	13,9	0,7	0,0	13,8
	Pão	Pão de mistura ⁽¹⁾	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.