



MEMÓRIA DESCRITIVA ECO-EMENTAS

ECO-EMENTAS MEDITERRÂNICAS



5 DE MARÇO DE 2021
OFICINA – ESCOLA PROFISSIONAL DO INA
João Souza

Entrada:

Bolinho de batata recheado com queijo

- Valor energético: 111 kcal

Roda de alimentos: Na roda de alimentos, nesta entrada estão presentes as hortícolas que representa a batata, e os laticínios onde esta presente o queijo.

Valor do prato: 2,00€

Prato principal:

Fan Qie Chao Dan (Tomate salteado com ovos)

Valor energético: 73,2 kcal

Roda de alimentos: Na roda de alimentos, estão presentes na maior parte as categorias das carnes, pescados e ovos e também a categoria de frutas.

Valor da refeição: 7,00€

Sobremesa:

Brownie

Valor energético: 536 kcal

Roda de alimentos: O chocolate pode ser encaixado na roda de alimentos como laticínio, pois é feito a partir do leite.

Valor da refeição: 4,00€