

Semana de 5 a 9 de maio de 2025

			alergéneos	Prot	HC	Açúc	Líp	AG Sat	Sal	Kcal	
2ª-feira											
Almoço	Sopa	de feijão-verde	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; pastéis (bacalhau, ovo, dissulfito de sódio); pão (glúten); fiambre de frango (leite, soja); queijo (leite); iogurte (leite)	3,6	13,2	2,8	1,4	0,2	0,2	74,6	
	Prato	pasteis de bacalhau fritos com arroz de tomate		15,4	28,9	1,2	19,5	2,6	1,3	355,5	
	Salada	alface, beterraba e tomate		1,2	2,7	2,7	0,1	0,0	0,1	16,5	
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	0,0	36,1	
Reforço alimentar (Manhã)			pão de mistura com fiambre de frango		6,8	24,3	1,0	4,5	1,5	1,4	166,9
Lanche			pão de centeio com queijo + iogurte sólido		12,7	41,0	16,6	5,0	2,5	1,2	261,7
Reforço alimentar (Tarde)			fruta da época		0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
3ª-feira											
Almoço	Sopa	de feijão-branco e couve-coração	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; pão (glúten); queijo (leite); fiambre de peru (leite, soja); iogurte (leite)	4,7	15,5	2,6	1,5	0,2	0,2	89,5	
	Prato	jardineira de frango (frango, batata, feijão-verde, ervilha e cenoura)		19,0	18,6	3,4	5,1	0,9	0,3	197,6	
	Legumes	incorporados: ervilha, cenoura e feijão verde		2,1	3,9	1,9	0,2	0,1	0,0	0,0	26,0
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	0,0	36,1	
Reforço alimentar (Manhã)			pão mistura com queijo		8,6	24,2	0,9	2,7	1,3	1,0	158,4
Lanche			pão de mistura com fiambre de peru + fruta da época		7,4	32,2	8,8	4,7	1,5	1,4	203,0
Reforço alimentar (Tarde)			iogurte sólido		5,5	15,6	15,6	2,5	1,4	0,3	106,3
4ª-feira											
Almoço	Sopa	creme de nabo e curgete	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; massa (glúten); salmão; cogumelos (sulfitos); pão (glúten); fiambre de peru (soja, leite); manteiga (leite, soja); iogurte (leite)	4,0	14,7	4,3	1,6	0,2	0,2	83,7	
	Prato	massa salteada de salmão, cogumelos e milho		18,8	17,2	0,7	24,5	4,5	0,3	365,7	
	Salada	cenoura, couve-roxa e alface		1,3	2,5	2,2	0,1	0,0	0,0	15,1	
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	0,0	36,1	
Reforço alimentar (Manhã)			pão integral com fiambre de peru		6,1	18	1,1	5,2	1,7	1,3	145,1
Lanche			pão de mistura com manteiga + iogurte líquido		8,6	41,5	18,2	9,1	4,9	1,0	284,8
Reforço alimentar (Tarde)			fruta da época		0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
5ª-feira											
Almoço	Sopa	de couve-flor e grão-de-bico	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; pão (glúten); queijo (leite); manteiga (leite, soja); leite	4,9	15,9	3,1	1,6	0,2	0,2	93,2	
	Prato	pá de porco fatiada com molho de orégãos e arroz branco		23,7	26,6	0,5	27,5	8,1	0,4	451,6	
	Salada	pepino, milho e alface		1,3	4,1	0,5	0,4	0,0	0,1	24,9	
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	0,0	36,1	
Reforço alimentar (Manhã)			pão de mistura com manteiga		4,1	24,3	1,0	7,2	3,8	0,8	180,5
Lanche			pão integral com queijo + sumo de fruta 100%		8,5	37,0	20,0	3,7	1,4	1,0	217,8
Reforço alimentar (Tarde)			leite m/g		6,6	9,8	9,8	3,2	1,8	0,2	93,7
6ª-feira											
Almoço	Sopa	creme de curgete, cenoura e alho-francês	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; massa (glúten); cogumelos (sulfitos); pão (glúten); fiambre de frango (leite, soja); queijo (leite); iogurte (leite); bolachas de água e sal (glúten, leite, soja, sulfitos)	3,8	13,3	3,0	1,4	0,2	0,2	76,4	
	Prato	massa vegetariana (feijão-vermelho, cogumelos, cenoura, couve-coração, couve-lombarda e massa macarronete)		8,0	20,7	2,6	3,9	0,6	0,2	150,8	
	Legumes	incorporados: cenoura, couve-coração e couve-lombarda		1,2	2,2	1,5	0,2	0,0	0,0	15,0	
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	0,0	36,1	
Reforço alimentar (Manhã)			pão de mistura com queijo		8,6	24,2	0,9	2,7	1,3	1,0	158,4
Lanche			pão de mistura com fiambre de frango + iogurte sólido		12,3	39,9	16,6	7,0	2,8	1,6	273,2
Reforço alimentar (Tarde)			bolacha de água e sal (DI)		2,5	15,3	0,4	4,5	1,9	0,3	112,7

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



Semana de 12 a 16 de maio de 2025

		alergéneos	Prot	HC	Açúc	Líp	AG Sat	Sal	Kcal
2ª-feira									
Almoço	Sopa	creme de cenoura	3,4	12,8	2,5	1,4	0,2	0,2	71,9
	Prato	almondégas de aves (frango e peru) estufadas com massa esparguete	16,7	21,9	1,4	16,2	0,5	0,2	301,8
	Salada	alface, tomate e cenoura	0,8	1,8	1,7	0,1	0,0	0,0	10,9
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)		pão de mistura com queijo	8,3	13,5	0,5	3,2	1,6	0,9	116,8
Lanche		pão de mistura com fiambre de peru + iogurte sólido	12,3	39,9	16,6	7	2,8	1,6	273,2
Reforço alimentar (Tarde)		fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
3ª-feira									
Almoço	Sopa	de espinafres	3,6	12,9	2,6	1,5	0,2	0,2	74,3
	Prato	saladinha de atum com feijão-frade (atum, feijão-frade, ovo cozido, cebola, salsa) e arroz branco	22,8	27,0	0,6	18,8	2,9	0,9	371,3
	Salada	curgete, feijão verde e milho salteados	1,5	5,1	1,2	0,4	0,1	0,1	29,6
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)		pão de mistura com manteiga	4,1	24,3	1,0	7,2	3,8	0,8	180,5
Lanche		pão de sementes com queijo + fruta da época	8,6	27,4	8,9	4,1	1,6	0,5	183
Reforço alimentar (Tarde)		leite m/g	6,6	9,8	9,8	3,2	1,8	0,2	93,7
4ª-feira									
Almoço	Sopa	juliana de legumes (couve-coração e cenoura)	3,5	12,2	1,5	1,4	0,2	0,1	71,0
	Prato	perna de peru lascado no forno com molho de laranja e massa fusilli	24,9	16,9	0,9	12,8	3,5	0,4	283,6
	Salada	pepino, juliana de couve e couve roxa	1,6	2,2	1,9	0,2	0,0	0,0	15,9
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)		pão de mistura com fiambre de frango	6,8	24,3	1,0	4,5	1,5	1,4	166,9
Lanche		pão de mistura com queijo + iogurte líquido	13,1	41,5	18,2	4,7	2,3	1,2	262,7
Reforço alimentar (Tarde)		fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
5ª-feira									
Almoço	Sopa	creme de couve-flor e feijão-manteiga	5,0	15,5	3,1	1,5	0,2	0,2	90,3
	Prato	medalhão de pescada no forno com molho de tomate e arroz de cenoura	16,9	18,2	2,0	8,6	1,3	0,5	219,0
	Salada	alface, beterraba e pepino	1,3	2,4	2,4	0,2	0,0	0,1	16,2
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época/gelatina	0,6/11,3	7,9/0,0	7,8/0,0	0,2/0,0	0,0/0,0	0,0/0,0	36,1/45,4
Reforço alimentar (Manhã)		pão de mistura com queijo	8,3	13,5	0,5	3,2	1,6	0,9	116,8
Lanche		pão de mistura com fiambre de frango + fruta da época	7,4	32,2	8,8	4,7	1,5	1,4	203,0
Reforço alimentar (Tarde)		iogurte líquido	4,5	17,3	17,3	2,0	1,1	0,2	104,3
6ª-feira									
Almoço	Sopa	de feijão-verde e cebola	4,1	14,7	3,9	1,5	0,2	0,2	83,5
	Prato	bife de frango estufado com grão de bico e batata assada	23,6	16,8	1,1	4,4	0,7	0,3	203,0
	Legumes	couve-flor, feijão-verde e couve-roxa salteados	1,8	2,8	2,2	0,1	0,0	0,0	18,5
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)		pão de centeio com fiambre de peru	5,4	25,5	1,1	4,2	1,4	1,3	163,8
Lanche		pão de mistura com manteiga + iogurte sólido	9,6	39,9	16,6	9,7	5,2	1,1	286,9
Reforço alimentar (Tarde)		bolacha de milho (DI)	0,8	11,2	0,2	0,2	0,1	0,3	52

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. **Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.** Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. 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.



Semana de 19 a 23 de maio de 2025

		alergêneos	Prot	HC	Açúc	Lip	AG Sat	Sal	Kcal
2ª-feira									
Almoço	Sopa	creme de abóbora e alho-francês	3,4	12,9	2,6	1,4	0,2	0,2	72,6
	Prato	barrinhas de pescada panadas no forno com arroz de ervilhas	12,3	32,4	0,7	9,6	0,5	0,1	268,0
	Salada	alface, pepino e beterraba	1,3	2,4	2,4	0,2	0,0	0,1	16,2
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)		pão de mistura com manteiga	4,1	24,3	1,0	7,2	3,8	0,8	180,5
Lanche		pão integral com queijo + sumo de fruta 100%	8,5	37,0	20	3,7	1,4	1,0	217,8
Reforço alimentar (Tarde)		leite m/g	6,6	9,8	9,8	3,2	1,8	0,2	93,7
3ª-feira									
Almoço	Sopa	de feijão-verde	3,6	13,2	2,8	1,4	0,2	0,2	74,6
	Prato	perna de frango no forno e massa macarronete	28,4	16,9	0,9	6,5	1,2	0,5	241,0
	Legumes	brócolos, couve-flor e cenoura salteados	1,5	1,9	1,7	0,2	0,0	0,0	14,9
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)		pão de mistura com queijo	8,6	24,2	0,9	2,7	1,3	1,0	158,4
Lanche		pão de mistura com fiambre de frango + iogurte líquido	11,3	41,5	18,2	6,4	2,5	1,5	271,2
Reforço alimentar (Tarde)		fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
4ª-feira									
Almoço	Sopa	de feijão-atarino e couve-branca	4,7	16,1	3,3	1,5	0,2	0,2	91,5
	Prato	filletes de red-fish estufados com batata assada	17,6	12,4	1,3	9,0	1,4	0,4	202,5
	Salada	tomate, couve-roxa e milho	1,3	5,5	1,7	0,3	0,0	0,1	29,4
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)		pão de mistura com fiambre de peru	6,8	24,3	1	4,5	1,5	1,4	166,9
Lanche		pão de mistura com manteiga + fruta da época	4,7	32,2	8,8	7,4	3,9	0,8	216,6
Reforço alimentar (Tarde)		iogurte sólido	5,5	15,6	15,6	2,5	1,4	0,3	106,3
5ª-feira									
Almoço	Sopa	de brócolos	3,6	12,9	2,6	1,4	0,2	0,2	73,5
	Prato	feijoada à portuguesa (carne de porco, vaca, feijão-branco, couve-lombarda, cenoura e couve-coração) com arroz	17,3	32,0	2,9	15,1	3,5	0,4	335,3
	Legumes	<i>incorporados</i> : couve lombarda, cenoura e couve-coração	1,2	2,2	1,5	0,2	0,0	0,0	15,0
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)		pão de sementes com queijo	8,0	19,5	1,1	3,9	1,5	0,4	146,9
Lanche		pão de mistura com fiambre de peru + iogurte sólido	12,3	39,9	16,6	7,0	2,8	1,6	273,2
Reforço alimentar (Tarde)		fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
6ª-feira									
Almoço	Sopa	creme de couve-flor e feijão-vermelho	5,0	15,5	3,1	1,5	0,2	0,2	90,3
	Prato	massada de cavala com molho de tomate	14,6	15,0	1,1	8,7	1,4	0,9	198,6
	Salada	alface, cenoura e pepino	0,9	1,5	1,4	0,2	0,0	0,0	10,6
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)		pão de mistura com fiambre de frango	6,8	24,3	1,0	4,5	1,5	1,4	166,9
Lanche		pão de mistura com queijo + fruta da época	9,2	32,2	8,7	3,0	1,3	1,1	194,5
Reforço alimentar (Tarde)		bolacha maria (DI)	1,3	13,3	6,7	6,4	0,7	0,0	115,5

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. **Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.** Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. 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, Lip-Lípidos, AG Sat-Ácidos Gordos Saturados, HC-Hidratos de Carbono, Prot-Proteínas.



Semana de 26 a 30 de maio de 2025

			alergêneos	Prot	HC	Açúc	Lip	AG Sat	Sal	Kcal
2ª-feira										
Almoço	Sopa	de curgete e cenoura	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; ovo; pão (glúten); queijo (leite); pão de sementes (glúten, sésamo); manteiga (leite, soja); iogurte (leite)	3,4	12,0	1,7	1,4	0,2	0,1	69,1
	Prato	ovo mexido com cenoura e milho e arroz branco		9,5	27,6	1,6	11,5	2,2	0,4	254,4
	Salada	alface, cenoura e couve-roxa		1,3	2,5	2,2	0,1	0,0	0,0	15,1
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época		0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)	pão de sementes com queijo			8,0	19,5	1,1	3,9	1,5	0,4	146,9
	Lanche	pão de mistura com manteiga + fruta da época	4,7	32,2	8,8	7,4	3,9	0,8	216,6	
	Reforço alimentar (Tarde)	iogurte líquido	4,5	17,3	17,3	2,0	1,1	0,2	104,3	
3ª-feira										
Almoço	Sopa	creme de brócolos e feijão-branco	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; massa (glúten); atum; cogumelos (sulfitos); pão (glúten); fiambre de peru (leite, soja); queijo (leite); iogurte (leite)	5,1	15,3	2,9	1,6	0,2	0,2	91,1
	Prato	massa salteada de atum com cogumelos, ervilha e cenoura		16,9	18,0	2,5	10,2	1,0	0,7	232,9
	Salada	<u>incorporados</u> : cogumelos, ervilha e cenoura		2,2	3,2	1,4	0,3	0,1	0,0	24,3
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época		0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)	pão mistura com fiambre de peru			6,8	24,3	1	4,5	1,5	1,4	166,9
	Lanche	pão integral com queijo + iogurte sólido	13,4	33,6	16,6	6,0	2,8	1,2	242,9	
	Reforço alimentar (Tarde)	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1	
4ª-feira										
Almoço	Sopa	de espinafres	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; massa (glúten); pão (glúten); manteiga (leite, soja); fiambre de frango (leite, soja); leite	3,6	12,9	2,6	1,5	0,2	0,2	74,3
	Prato	rancho (carne de porco, grão de bico, massa macarronete e legumes)		16,7	23,1	4,4	15,1	4,4	0,2	295,6
	Legumes	<u>incorporados</u> : cenoura, repolho e couve lombarda		1,5	3,2	1,5	0,2	0,0	0,0	20,2
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época		0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)	pão de mistura com manteiga			4,1	24,3	1,0	7,2	3,8	0,8	180,5
	Lanche	pão de mistura com fiambre de frango + fruta da época	7,4	32,2	8,8	4,7	1,5	1,4	203,0	
	Reforço alimentar (Tarde)	leite m/g	6,6	9,8	9,8	3,2	1,8	0,2	93,7	
5ª-feira										
Almoço	Sopa	de couve-coração e lentilhas	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; filetes panados (pescada, glúten); pão (glúten); queijo (leite); fiambre de frango (leite, soja); iogurte (leite)	4,9	15,7	2,6	1,5	0,2	0,2	90,8
	Prato	filetes de pescada panados no forno com arroz de tomate		17,4	24,2	0,4	7,4	1,1	0,4	236,0
	Legumes	tomate, milho e beterraba		1,2	6,1	2,5	0,3	0,0	0,2	31,7
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época		0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)	pão de mistura com fiambre de frango			6,8	24,3	1	4,5	1,5	1,4	166,9
	Lanche	pão de mistura com queijo + iogurte líquido	13,1	41,5	18,2	4,7	2,3	1,2	262,7	
	Reforço alimentar (Tarde)	fruta da época	0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1	
6ª-feira										
Almoço	Sopa	creme de cenoura	sopa [flocos de batata (leite, sulfitos)]; pão (glúten); queijo (leite); fiambre de peru (leite, soja); bolacha de milho (soja)	3,4	12,8	2,5	1,4	0,2	0,2	71,9
	Prato	perna de peru no forno lascada com arroz de ervilhas		25,5	20,9	0,9	15,7	3,9	0,5	328,4
	Salada	alface, pepino e tomate		0,9	1,1	1,1	0,2	0,0	0,0	9,6
Pão - Sobremesa	mistura	fruta da época		0,6	7,9	7,8	0,2	0,0	0,0	36,1
Reforço alimentar (Manhã)	pão de mistura com queijo			8,3	13,5	0,5	3,2	1,6	0,9	116,8
	Lanche	pão de mistura com fiambre de peru + fruta da época	7,4	32,2	8,8	4,7	1,5	1,4	203,0	
	Reforço alimentar (Tarde)	bolacha de milho (DI)	0,8	11,2	0,2	0,2	0,1	0,3	52,0	

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1Cereais que contêm glúten, 2Crustáceos, 3Ovos, 4Peixes, 5Amendoins, 6Soja, 7Leite, 8Frutos de casca rija, 9Aipo, 10Mostarda, 11Sementes de sésamo, 12Dióxido de enxofre e sulfitos, 13Tremoço, 14Moluscos. **Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos.** Caso necessite informação adicional sobre os produtos em causa deve solicitar aos funcionários. 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, Lip-Lípidos, AG Sat-Ácidos Gordos Saturados, HC-Hidratos de Carbono, Prot-Proteínas.

