



COLÉGIO DAS TERRAS DE SANTA MARIA
Ementa Berçário / Creche
Semana de 3 a 7 de novembro de 2025
Almoço

Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com filete de tilápia ⁴	337	89	2,1	0,3	10,9	1,0	3,7	0,2
Sopa	Sopa de couve-lombarda e feijão catarino (cebola, cenoura, repolho)	346	82	2,0	0,3	12,3	1,1	2,4	0,3
Prato	Massinha de tilápia com repolho ^{1,3,4}	562	158	3,0	0,4	17,9	0,7	8,2	0,2
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	201	47	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango	380	90	2,1	0,3	10,9	1,0	6,1	0,2
Sopa	Sopa de nabo (cebola, cenoura, repolho)	364	86	2,4	0,3	13,5	1,4	1,9	0,5
Prato	Frango assado desfiado com arroz de cenoura	754	179	5,4	0,9	18,2	0,7	14,0	0,4
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com peru	376	89	2,0	0,3	10,9	1,1	6,1	0,2
Sopa	Sopa de couve branca (cebola, cenoura, repolho)	382	91	2,5	0,4	14,2	1,3	2,0	0,3
Prato	Peru estufado desfiado com massa espiral e couve-lombarda ^{1,3}	724	172	4,8	0,8	17,4	1,0	14,3	0,4
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com pescada ⁴	365	87	2,2	0,3	10,9	1,0	4,9	0,3
Sopa	Creme de brócolos (cebola, cenoura, repolho)	355	84	2,3	0,3	12,8	1,3	2,2	0,2
Prato	Filetes de pescada no forno lascados com arroz de abóbora ⁴	684	163	4,3	0,8	20,2	0,7	12,0	0,2
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango	380	90	2,1	0,3	10,9	1,0	6,1	0,2
Sopa	Sopa de curgete (cebola, cenoura, repolho)	349	83	2,2	0,3	12,9	1,2	2,0	0,2
Prato	Macarrão com aves (frango e peru estufados desfiados) com legumes ^{1,3}	694	164	3,2	0,6	18,0	1,0	15,4	0,3
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:¹Cereais que contêm glúten, ³Ovos, ⁴Peixes. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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 (2019), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.

AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, Açúcar - Açúcar, VE - Valor energético, HC - Hidratos de Carbono, Lip. - Lípidos, Prot. - Proteínas, Sal - Sal



COLÉGIO DAS TERRAS DE SANTA MARIA
Ementa Berçário / Creche
Semana de 10 a 14 de novembro de 2025
Almoço

Segunda

		VE (KJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com peru	376	89	2.0	0.3	10.9	1,1	6,1	0.2
Sopa	Sopa de alho-francês (cebola, cenoura, repolho)	340	81	2,1	0,3	12,5	1,1	2,0	0,2
Prato	Peru assado desfiado com massa espiral e abóbora ^{1,3}	591	141	2,4	0,5	9,3	0,8	20,5	0,3
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Terça

		VE (KJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com filete de pescada ⁴	365	87	2,2	0,3	10,9	1,0	4,9	0,3
Sopa	Sopa de feijão catarino e nabo (cebola, cenoura, repolho)	361	86	2,2	0,3	13,0	1,3	2,3	0,5
Prato	Filetes de pescada no forno com arroz de couve branca ⁴	677	161	4,3	0,7	19,8	0,6	11,9	0,3
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quarta

		VE (KJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango	380	90	2,1	0,3	10,9	1,0	6,1	0,2
Sopa	Sopa de couve branca (cebola, cenoura, repolho)	382	91	2,5	0,4	14,2	1,3	2,0	0,3
Prato	Tirinhas de aves no forno com batata assada aos cubinhos e abóbora ^{5,6}	507	122	4,5	0,3	12,4	0,4	7,6	0,2
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

Quinta

		VE (KJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com filete de alabote ⁴	366	87	2,2	0,3	10,9	1,0	5,1	0,3
Sopa	Sopa de feijão-verde (cebola, cenoura, repolho)	355	84	2,2	0,3	13,1	1,2	2,0	0,2
Prato	Massinha de alabote lascado e cenoura ^{1,3,4}	677	160	3,5	0,6	18,8	1,0	12,9	0,4
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Sexta

		VE (KJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango	380	90	2,1	0,3	10,9	1,0	6,1	0,2
Sopa	Sopa de espinafres (cebola, cenoura, repolho)	341	81	2,2	0,3	12,2	1,2	2,1	0,3
Prato	Frango no forno com arroz branco e brócolos picados	704	167	5,1	0,9	16,6	0,6	13,3	0,5
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa 1	Fruta da época	201	47	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:¹Cereais que contêm glúten, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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 (2019), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.

AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, Açúcar - Açúcar, VE - Valor energético, HC - Hidratos de Carbono, Líp. - Lípidos, Prot. - Proteínas, Sal - Sal



COLÉGIO DAS TERRAS DE SANTA MARIA
Ementa Berçário / Creche
Semana de 17 a 21 de novembro de 2025
Almoço

Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com filete de tilápia ⁴	337	89	2.1	0.3	10.9	1.0	3.7	0.2
Sopa	Sopa de brócolos e feijão catarrino (cebola, cenoura, repolho)	353	84	2.1	0.3	12.4	1.3	2.5	0.3
Prato	Filete de tilápia assado lascarado com arroz de couve lombarda ⁴	531	150	3.4	0.4	16.4	0.7	7.1	0.1
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0.4	0.1	12.9	12.5	0.8	0.0
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0.4	0.0	9.4	9.4	0.3	0.0

1

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com peru	376	89	2.0	0.3	10.9	1.1	6.1	0.2
Sopa	Sopa de nabo (cebola, cenoura, repolho)	382	91	2.5	0.4	14.2	1.3	2.0	0.3
Prato	Macarronete com peru desfiado, cenoura e repolho ^{1,3}	693	164	4.2	0.7	17.5	1.2	13.6	0.2
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0.4	0.1	12.9	12.5	0.8	0.0
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0.5	0.1	13.4	13.4	0.2	0.0

1

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com filete de pescada ⁴	365	87	2.2	0.3	10.9	1.0	4.9	0.3
Sopa	Sopa de curgete (cebola, cenoura, repolho)	349	83	2.2	0.3	12.9	1.2	2.0	0.2
Prato	Filete de pescada assado lascarado com arroz de couve branca ⁴	677	161	4.3	0.7	19.8	0.6	11.9	0.3
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0.4	0.1	12.9	12.5	0.8	0.0
Sobremesa	Banana	441	104	0.4	0.1	21.8	19.6	1.6	0.0

1

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com carne de vaca	422	100	3.7	0.9	12.0	1.1	4.0	0.2
Sopa	Sopa de espinafres (cebola, cenoura, repolho)	341	81	2.2	0.3	12.2	1.2	2.1	0.3
Prato	Macarronete com carne de vaca picada estufada e curgete em cubinhos ^{1,3}	829	198	9.0	2.9	17.3	1.3	11.3	0.3
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0.4	0.1	12.9	12.5	0.8	0.0
Sobremesa	Fruta da época	201	47	0.2	0.0	8.9	8.9	1.1	0.0

1

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango	380	90	2.1	0.3	10.9	1.0	6.1	0.2
Sopa	Sopa de couve branca (cebola, cenoura, repolho)	382	91	2.5	0.4	14.2	1.3	2.0	0.3
Prato	Frango assado desfiado com arroz de cenoura	754	179	5.4	0.9	18.2	0.7	14.0	0.4
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0.4	0.1	12.9	12.5	0.8	0.0
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0.5	0.1	13.4	13.4	0.2	0.0

1

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:¹Cereais que contêm glúten, ³Ovos, ⁴Peixes. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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 (2019), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.

AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, Açúcar - Açúcar, VE - Valor energético, HC - Hidratos de Carbono, Líp. - Lípidos, Prot. - Proteínas, Sal - Sal



COLÉGIO DAS TERRAS DE SANTA MARIA
Ementa Berçário / Creche
Semana de 24 a 28 de novembro de 2025
Almoço

Segunda

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango	380	90	2,1	0,3	10,9	1,0	6,1	0,2
Sopa	Sopa de curgete (cebola, cenoura, repolho)	349	83	2,2	0,3	12,9	1,2	2,0	0,2
Prato	Arroz de frango desfiado no forno com cenoura	752	178	3,5	0,6	20,6	0,7	15,6	0,3
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa	Fruta da época	199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

1

Terça

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com peru	376	89	2,0	0,3	10,9	1,1	6,1	0,2
Sopa	Sopa camponesa (cebola, cenoura, repolho)	352	84	2,2	0,3	12,9	1,5	2,1	0,3
Prato	Massinha de peru desfiado com brócolos picados ^{1,3}	656	156	4,0	0,7	16,4	1,2	12,9	0,2
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa	Fruta da época	201	47	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0

1

Quarta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com filete de pescada ⁴	365	87	2,2	0,3	10,9	1,0	4,9	0,3
Sopa	Sopa de brócolos (cebola, cenoura, repolho)	355	84	2,3	0,3	12,8	1,3	2,2	0,2
Prato	Salada colorida de batata e peixe desfiado ^{2,4,12}	360	85	0,4	0,1	12,5	0,8	7,2	0,2
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa	Fruta da época	441	104	0,4	0,1	21,8	19,6	1,6	0,0

1

Quinta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com frango	380	90	2,1	0,3	10,9	1,0	6,1	0,2
Sopa	Sopa de grão-de-bico e espinafres (cebola, cenoura, repolho)	346	82	2,3	0,3	12,1	1,2	2,3	0,3
Prato	Estufado de aves (frango e peru) desfiadas com massa esparguete cortada e curgete aos cubos ^{1,3}	638	151	3,1	0,6	15,8	1,2	14,5	0,4
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa	Fruta da época	269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

1

Sexta

		VE (kJ)	VE (kcal)	Líp. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
Sopa enriquecida	Creme de legumes com solha ⁴	366	87	2,2	0,3	10,9	1,0	5,1	0,3
Sopa	Sopa de couve-lombarda (cebola, cenoura, repolho)	348	83	2,2	0,3	12,7	1,2	2,1	0,2
Prato	Filete de solha no forno lascado com arroz de couve lombarda ⁴	626	149	3,8	0,6	17,0	0,6	11,3	0,2
Sobremesa	Papa de fruta	269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
Sobremesa	Fruta da época	201	47	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0

1

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: ¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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 (2019), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.

AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, Açúcar - Açúcar, VE - Valor energético, HC - Hidratos de Carbono, Líp. - Lípidos, Prot. - Proteínas, Sal - Sal



COLÉGIO DAS TERRAS DE SANTA MARIA
Ementa Berçário / Creche
Semana de 1 a 5 de dezembro de 2025
Almoço

Segunda

Sopa
enriquecida
Sopa
Prato
Sobremesa
Sobremesa
1

Feriado

VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0

Terça

Sopa
enriquecida
Sopa
Prato
Sobremesa
Sobremesa
1

Creme de legumes com filete de pescada⁴
Sopa de curgete (cebola, cenoura, repolho)
Massinha de pescada lascada^{1,2,3,4}
Papa de fruta
Fruta da época

VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
365	87	2,2	0,3	10,9	1,0	4,9	0,3
349	83	2,2	0,3	12,9	1,2	2,0	0,2
728	173	3,9	0,6	20,4	0,8	13,5	0,4
269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
199	47	0,4	0,0	9,4	9,4	0,3	0,0

Quarta

Sopa
enriquecida
Sopa
Prato
Sobremesa
Sobremesa
1

Creme de legumes com frango
Sopa de feijão catarino e couve-flor (cebola, cenoura, repolho)
Frango assado desfiado com arroz e brócolos
Papa de fruta
Fruta da época

VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
380	90	2,1	0,3	10,9	1,0	6,1	0,2
354	84	2,1	0,3	12,6	1,4	2,6	0,3
747	177	5,4	0,9	17,8	0,6	14,1	0,4
269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

Quinta

Sopa
enriquecida
Sopa
Prato
Sobremesa
Sobremesa
1

Creme de legumes com filete de pescada⁴
Creme de alho-francês (cebola, cenoura, repolho)
Pescada lascada com batatinha e cenoura cozidas aos cubos^{2,4,12}
Papa de fruta
Fruta da época

VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
365	87	2,2	0,3	10,9	1,0	4,9	0,3
340	81	2,1	0,3	12,5	1,1	2,0	0,2
360	85	0,4	0,1	13,0	0,9	6,7	0,2
269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
201	47	0,2	0,0	8,9	8,9	1,1	0,0

Sexta

Sopa
enriquecida
Sopa
Prato
Sobremesa
Sobremesa
1

Creme de legumes com peru
Sopa de brócolos (cebola, cenoura, repolho)
Macarrão com peru desfiado, couve branca e cenoura^{1,3}
Papa de fruta
Fruta da época

VE (kJ)	VE (kcal)	Lip. (g)	AG Sat. (g)	HC (g)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Sal (g)
376	89	2,0	0,3	10,9	1,1	6,1	0,2
355	84	2,3	0,3	12,8	1,3	2,2	0,2
693	164	4,2	0,7	17,5	1,2	13,6	0,2
269	63	0,4	0,1	12,9	12,5	0,8	0,0
269	64	0,5	0,1	13,4	13,4	0,2	0,0

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:¹Cereais que contêm glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ¹²Dióxido de enxofre e sulfitos. Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Declaração nutricional: Variações de técnicas de preparação e confeção, bem como diferenças sazonais e regionais dos produtos, podem alterar os valores apresentados. 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 (2019), e a informação disponibilizada pelos fornecedores. A ementa pode sofrer alterações por motivos imprevistos.

AG Sat. - Ácidos Gordos Saturados, Açúcar - Açúcar, VE - Valor energético, HC - Hidratos de Carbono, Lip. - Lípidos, Prot. - Proteínas, Sal - Sal