**Informação extra**

**–** Cálculo do valor económico do prato em euros (para 4 pessoas e individual): 1,46€ - individual

5,84€ – para 4 pessoas.

-Cálculo de alguns indicadores sobre valor nutricional da ementa (ex: quantidade em gramas de hidratos de carbono, proteína e lípidos/gordura):

*Creme de cenoura:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lípidos**  1,7g |  | **Hidratos de Carbono**  4g |  | **Proteínas**  0,5g |

*Frango no forno:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lípidos**  7,35g |  | **Hidratos de Carbono**  0g |  | **Proteínas**  28,69g |

*Batatas a murro:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lípidos**  4,2g |  | **Hidratos de Carbono**12,04g |  | **Proteínas**  1,39g |

*Fruta da época (melão):*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lípidos**  0,3g |  | **Hidratos de Carbono** 12,73g |  | **Proteínas**  1,31g |

*Sumo de laranja:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lípidos**  0,5g |  | **Hidratos de Carbono**  25,79g |  | **Proteínas**  1,74g |

*Água:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lípidos**  0g |  | **Hidratos de Carbono**  0g |  | **Proteínas**  0g |