

# SERVIÇO DE NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO



## Planeamento de Ementas

# SERVIÇO DE NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO



## **Apresentação**

A OldCare® apresenta o serviço de Nutrição e Alimentação, criado em 2016, com o objetivo de prestar serviços à comunidade de forma a promover uma alimentação saudável, melhorando a sua qualidade de vida.

O Serviço de Nutrição e Alimentação compromete-se a responder de forma eficiente às necessidades específicas de cada serviço, aferidas num diagnóstico inicial rigoroso. Entre os vários serviços, segue-se o “Planeamento de Ementas” dirigido à Restauração Coletiva.

A elaboração de planos de ementas é uma lista de preparações culinárias que compõem as refeições para um determinado período com a informação nutricional e energética, seguindo as recomendações da Roda dos Alimentos e as normas da Segurança Alimentar. Contendo também a indicação das substâncias, na composição de cada prato, que podem causar alergias ou intolerâncias alimentares.

## **Exigências legais**

O serviço “Planeamento de Ementas” garante o equilíbrio nutricional das refeições, com o cumprimento das novas exigências legais de disponibilização da informação sobre os alergénios. As novas normas do Decreto-Lei nº 26/2016, relativo à obrigatoriedade dos “alimentos não pré-embalados” terem indicação das substâncias na sua composição que podem causar alergias ou intolerâncias, tem como objetivo garantir a defesa dos consumidores, proteger a saúde dos mesmos e garantir o seu direito à informação, assegurando a livre circulação de géneros alimentícios seguros.

## **Público-alvo**

Lares, Centros de Dia, Residenciais Geriátricas

Associações e IPSS

Escolas e Jardins de Infância

A OldCare® apresenta assim, um serviço que apresenta planos de ementas equilibrados e saudáveis, e soluções para o cumprimento dos requisitos legais.

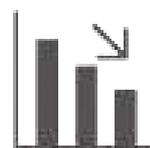


## BENEFÍCIOS DO PLANEAMENTO DE EMENTAS



**Refeições nutricionalmente equilibradas e saudáveis**

**Redução de custos até 30%**



**Controlo de desperdícios**

**Facilitar o planeamento de encomendas aos fornecedores e na gestão de stocks**



**Adaptação de dietas à idade e necessidades específicas**

**Cumprimento da nova legislação (Decreto-lei nº. 26/2016), relativo à informação das substâncias ou produtos suscetíveis de provocar alergias ou intolerâncias;**



**Diferenciação e preferência dos consumidores**

# SERVIÇO DE NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO



## EMENTA TIPO

ALMOÇO	2ª Feira	JANTAR
Legumes Douradinhos com arroz de ervilhas    Fruta da época	Sopa Prato Sobremesa	Legumes Frango guisado com batata e legumes cozidos Fruta da época
Legumes Esparguete à bolonhesa e salada  Fruta da época	3ª Feira Sopa Prato Sobremesa	Legumes Salada de bacalhau com batata, grão e cenoura  Fruta da época
Legumes Bifanas com arroz de cenoura e salada Fruta da época	4ª Feira Sopa Prato Sobremesa	Legumes Massada de peixe   Fruta da época
Legumes Empadão de carne com cenoura ralada  Fruta da época	5ª Feira Sopa Prato Sobremesa	Legumes Solha com arroz de tomate e feijão vermelho  Fruta da época
Legumes Feijoada transmontana Fruta da época	6ª Feira Sopa Prato Sobremesa	Legumes Massa com atum, ovo e legumes     Fruta da época
Legumes Strogonof de frango com arroz branco e salada   Pudim  	Sábado Sopa Prato Sobremesa	Legumes Caldeirada de peixe   Fruta da época
Legumes Massa de coelho com legumes  Fruta da época	Domingo Sopa Prato Sobremesa	Legumes Bacalhau assado com batata a murro e salada  Fruta da época

A ementa apresentada pode sofrer alterações motivadas por imprevistos de fornecimentos de matérias-primas ou de funcionalidades dos equipamentos da cozinha.

A sopa de legumes é sempre variada, privilegiando os legumes da época.

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:



# SERVIÇO DE NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO



A aprovação das ementas é realizada por Nutricionista reconhecido pela Ordem dos Nutricionistas, que permite garantir que as refeições sejam nutricionalmente equilibradas, saudáveis e adaptadas à idade e necessidades específicas de cada valência.

Para mais informações contacte-nos pelo **273 324 125** ou [geral@oldcare.pt](mailto:geral@oldcare.pt)