



## TABELA NUTRICIONAL

LINHA	SABOR	Valor energético kcal	Carboidratos g	Proteínas g	Gord totais g	Gord sat g	Colesterol mg	Fibra alim g	Sódio mg	Ferro mg	Cálcio mg	Lactose?	Glúten?
SOPINHAS	CARNE COM BRÓCOLIS	66	13	3,1	2,8	0,5	5,6	1,4	101	0,36	14	-	S
SOPINHAS	CARNE COM FEIJÃO CARIOCA	79	11	3,5	2,7	0,5	5,9	2,2	112	0,73	15	-	-
SOPINHAS	CARNE COM LEGUMES E AGRÃO	79	11	3,0	2,7	0,5	7,0	1,2	112	0,41	10	-	S
SOPINHAS	CARNE COM LENTILHA	93	13	4,3	2,6	0,5	5,8	2,4	110	0,88	13	-	S
SOPINHAS	FÍGADO COM ABÓBORA CABOTIÁ	81	12	3,0	2,6	0,4	12	2,0	110	0,70	17	-	-
SOPINHAS	FÍGADO COM CARÁ E COUVE	80	13	3,0	2,2	0,4	14	2,9	105	0,64	13	-	-
SOPINHAS	FRANGO COM ABÓBORA CABOTIÁ	70	9,2	3,3	2,4	0,4	5,7	1,4	105	0,33	8,6	-	-
SOPINHAS	FRANGO COM ERVILHAS	74	11	3,0	2,2	0,3	4,5	1,4	114	0,24	7,8	-	S
SOPINHAS	FRANGO COM FEIJÃO BRANCO	72	10	3,0	2,1	0,3	4,1	1,6	106	0,38	9,3	-	-
SOPINHAS	FRANGO COM GRÃO DE BICO	75	11	3,2	2,4	0,3	4,2	1,4	114	0,37	9,3	-	-
SOPINHAS	FRANGO COM QUINUA	72	10	3,0	2,4	0,3	4,6	1,3	114	0,54	11	-	-
SOPINHAS	PEIXE COM FUBÁ	76	11	3,0	2,5	0,3	9,3	1,6	148	0,28	17	-	-
NA MEDIDA	ALMONVEGGIE	110	19	4,8	1,9	0,2	0,0	3,2	258	1,9	28	-	S
NA MEDIDA	FRANMIX	101	2,7	12,7	4,3	0,6	34	1,2	251	0,3	17	-	-
NA MEDIDA	FRANPESTO	116	6,2	8,8	6,3	0,7	21	1,0	267	0,1	21	S	S
NA MEDIDA	HAMBURVEGGIE	84	13	3,5	2,4	0,3	4,3	1,7	140	0,6	15	-	-
NA MEDIDA	KIBE VEGGIE	136	23	6,5	2,4	0,2	0,0	5,7	297	2,6	25	-	-
NA MEDIDA	MADELEG	114	13	8,1	3,0	0,9	12	1,1	200	0,6	6,0	-	-
NA MEDIDA	PALEQUINHA	105	9,9	7,8	3,8	1,7	17	1,0	293	0,6	21	S	-
NA MEDIDA	PANQUEVEGGIE	106	14	3,8	4,2	0,9	23	1,4	475	0,6	52	S	S
NA MEDIDA	QUISHITAKE	208	23	3,1	12	5,3	28	2,6	182	1,3	18	S	S
NA MEDIDA	SETE GRÃOS	109	13	7,6	2,6	0,7	21	1,6	254	1,0	9,1	-	S
NA MEDIDA	TILÁPIA MIX	161	20	8,9	5,5	0,5	17	2,2	307	0,5	15	-	-
NA MEDIDA	XADREZ	117	14,3	6,8	3,6	0,5	13	1,3	225	0,3	5,3	-	-
FRUTINHAS	BANANA COM MAÇÃ	65	17	0,7	0,0	0,0	0,0	1,5	0,0	0,18	2,3	-	-
FRUTINHAS	GOIABA E MAÇÃ	36	9,3	0,1	0,3	0,0	0,0	3,8	0,0	0,11	2,8	-	-
FRUTINHAS	MAÇÃ COM AMEIXA	46	13	0,3	0,0	0,0	0,0	1,1	0,11	0,17	2,2	-	-
FRUTINHAS	MAÇÃ, CENOURA E BETERRABA	46	13	0,3	0,0	0,0	0,0	1,3	1,7	0,09	3,7	-	-
FRUTINHAS	MAMÃO, BANANA E LARANJA	65	17	1,1	0,1	0,0	0,0	1,7	0,0	0,26	11	-	-
FRUTINHAS	MANGA, BANANA E LARANJA	71	19	0,8	0,1	0,0	0,0	1,6	0,90	0,18	8,2	-	-
FRUTINHAS	PERA COM CENOURA	34	8,9	0,4	0,9	0,0	0,0	2,0	0,91	0,06	7,7	-	-
FRUTINHAS	PÊSSEGO E MAÇÃ	46	12	0,6	0,0	0,0	0,0	1,4	0,0	0,16	2,6	-	-
COMIDINHAS	ABOMIGNON	137	14	10	4,5	1,8	23	1,1	296	0,92	8,0	S	S
COMIDINHAS	ALMONDEQUINHA	123	12	8,3	4,5	2,1	41	1,1	280	1,1	22	S	S
COMIDINHAS	BECHAMEL	141	19	7,5	3,8	1,6	19	0,8	285	0,27	42	S	S
COMIDINHAS	BOLONHESA	145	20	7,8	3,7	0,8	18	1,0	276	0,70	7,0	-	S
COMIDINHAS	BRASILEIRINHO	106	12	9,0	2,4	0,9	26	1,6	248	1,1	12	S	-
COMIDINHAS	ESCONDIDINHO	114	14	7,4	2,7	1,3	25	0,9	250	0,65	18	S	-
COMIDINHAS	ESTROGONOFE	74	7,8	4,6	2,5	1,3	13	0,5	157	0,37	18	S	S
COMIDINHAS	FILÉ MIGNÓCOLIS	89	5,4	7,8	3,9	1,3	17	0,8	188	0,73	9,7	S	-
COMIDINHAS	FRANBRÓCOLIS	78	6,9	7,8	2,1	1,0	21	1,2	227	0,22	23	S	-
COMIDINHAS	FRANMILHO	108	9,1	10	3,2	1,5	29	1,1	276	0,24	47	S	S
COMIDINHAS	LASANHA	110	7,8	6,3	6,0	3,1	24	0,5	225	0,23	122	S	S
COMIDINHAS	MACACOXÁ	125	12	7,6	4,8	1,6	30	0,6	252	0,46	21	S	S
COMIDINHAS	MADEIRA GREGA	94	4,6	9,6	3,9	1,5	23	0,5	200	0,85	4,7	S	S
COMIDINHAS	PANQUECARNE	103	9,3	7,6	3,8	1,2	33	0,5	206	0,64	34	S	S
COMIDINHAS	PANQUEFRANGO	105	9,8	7,0	4,0	1,8	31	0,4	221	0,24	79	S	S
COMIDINHAS	PEIXITO CABOTIÁ	88	10	7,5	2,8	0,9	33	1,5	295	0,34	44	S	-
COMIDINHAS	PEIXITO GREGO	88	11	7,9	2,1	0,7	32	1,3	223	0,27	21	S	-
COMIDINHAS	PRETINHO BÁSICO	51	5,3	4,2	1,4	0,5	6,2	1,3	108	0,43	6,6	-	-