

tabela nutricional

—
clique no produto
para mais informações

proteínas

frango desfiado	01
frango em tiras	02
filé de frango	03
shimeji	04
kibe de girassol	05
filé mignon suíno	06
filé de tilápia	07
sobrecoxa com laranja	08
parmegiana de frango	09
pernil suíno desfiado	10
burguer de falafel	11
recheio de frango	12
polpetone	13

acompanhamentos

arroz integral com legumes	14
feijão	15
quinoa	16
purê de abóbora	17
purê de batata doce	18
cenoura e brócolis	19
batata doce rústica	20
abóbora assada	21
banana da terra grelhada	22

saladas

salada grega	23
salada caesar	24
fresh peru	25
quinoa crocante	26
havaiana	27
tuna salad	28
tropical	29

pratos

parmesão	30
quibe veg	31
sobrecoxa	32
brasileirinho	33
light	34
polpetone (purê de abóbora)	35
polpetone (purê de batata doce)	36

sanduíches naturais

quatro queijos	37
frango light	38
misto light	39
atum	40
peito de peru	41
caprese	42

tabela nutricional

—
clique no produto
para mais informações

sanduíches quentes

tuna melt	43
frango cream	44
quatro queijos	45
pork'n cream	46

escondidinho

frango com purê de batata doce	47
frango com purê de abóbora cabotiá	48
pernil suíno com purê de batata doce	49
pernil suíno com purê de abóbora cabotiá	50
shimeji com purê de batata doce	51
shimeji com purê de abóbora cabotiá	52

wrap

light peru	53
quibeleza	54
frango milho	55
egg tuna	56
falafel	57
pork'n roll	58
chicken cream	59
shimeji	60

molhos

light	61
pesto	62

sopas

sopa de mandioca	63
sopa de legumes	64
sopa de feijão	65

lanches

ciabatta com manteiga	66
ciabatta com queijo e manteiga	67
ciabatta com cream cheese	68

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	113kcal=475kJ	6
Carboidratos	0 g	0
Proteínas	21,5 g	29
Gorduras Totais	3 g	6
Gorduras Saturadas	1,3 g	6
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,0 g	0
Sódio	31 mg	1
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: filé de peito de frango, salsinha fresca, alho desidratado, sal.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	123kcal=517kJ	6
Carboidratos	0 g	0
Proteínas	21,5 g	29
Gorduras Totais	4,1 g	8
Gorduras Saturadas	1,4 g	6
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,0 g	0
Sódio	98,1 mg	4
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: filé de peito de frango, alho em pó, cúrcuma, sal, óleo de soja, pimenta do reino.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	137kcal=576kJ	7
Carboidratos	0 g	0
Proteínas	26 g	35
Gorduras Totais	3,7 g	7
Gorduras Saturadas	0,0 g	0
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,0 g	0
Sódio	70,5 mg	3
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: filé de frango, manteiga, alho fresco, salsa fresca, manjericão, alho em pó, curcuma, sal, pimenta do reino, óleo de soja.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	50kcal=208kJ	3
Carboidratos	4,4 g	2
Proteínas	3,6 g	5
Gorduras Totais	2 g	4
Gorduras Saturadas	0,3 g	1
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	1,6 g	6
Sódio	274,2 mg	11
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: shimeji, shoyu, óleo de soja, amido de milho, alho, salsa, sal, vinagre, óleo de gergelim.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	217kcal=912kJ	11
Carboidratos	29 g	10
Proteínas	8,9 g	12
Gorduras Totais	7,3 g	13
Gorduras Saturadas	1,4 g	6
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,0 g	27
Sódio	75,5 mg	3
Lactose: zero lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: trigo para kibe, semente de girassol, cebola, óleo de soja, alho, gengibre, hortelã e pimenta síria.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	194kcal=817kJ	10
Carboidratos	0 g	0
Proteínas	29,7 g	40
Gorduras Totais	8,4 g	15
Gorduras Saturadas	2,1 g	10
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,0 g	0
Sódio	314,3 mg	13
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: contém leite. pode conter trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: file mignon suíno, óleo, shoyu, manteiga, alho, limão, salsa, manjeriço, oregano, páprica doce, sal e pimenta do reino.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	26kcal=109kJ	1
Carboidratos	0 g	0
Proteínas	2,3 g	3
Gorduras Totais	1,9 g	4
Gorduras Saturadas	1 g	5
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,0 g	0
Sódio	83,7 mg	4
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: contém leite. pode conter trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: filé de tilápia, manteiga, alho fresco, salsa fresca, manjericão, lemon pepper e sal.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	213kcal=895kJ	11
Carboidratos	5,8 g	2
Proteínas	21,3 g	28
Gorduras Totais	11,6 g	21
Gorduras Saturadas	3,6 g	16
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,0 g	0
Sódio	721,4 mg	30
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: contém leite. pode conter trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: sobrecoxa, suco de laranja, gengibre, sal, açúcar demerara.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	202kcal=847kJ	10
Carboidratos	15 g	8
Proteínas	21,4 g	37
Gorduras Totais	6,2 g	2
Gorduras Saturadas	2 g	4
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	1 g	0
Sódio	286,9 mg	12
Lactose: zero lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: contém leite. pode conter trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: frango, farinha de rosca, ovo, tomate, cenoura, salsão, cebola, alho poró, queijo meia cura, alho em pó, cúrcuma, manjericão, pimenta do reino e sal.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	326kcal=1369kJ	16
Carboidratos	38,4 g	13
Proteínas	25,9 g	35
Gorduras Totais	7,6 g	14
Gorduras Saturadas	2,8 g	13
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	9,9 g	40
Sódio	182,1 mg	8
Lactose: contém lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: contém leite. pode conter trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: patinho moído, farinha panko, farinha de trigo, ovos, cebola, mussarela de búfala, páprica doce, sal e alho.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	50kcal=210kJ	3
Carboidratos	9,2 g	3
Proteínas	1,3 g	2
Gorduras Totais	0,9 g	7
Gorduras Saturadas	0,2 g	1
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	1,7 g	7
Sódio	30,8 mg	1
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: carne Suína, água, açúcar demerara, sal, alho, cebola, páprica doce.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	26kcal=110kJ	1
Carboidratos	3,6 g	1
Proteínas	2,5 g	3
Gorduras Totais	0,2 g	0
Gorduras Saturadas	0,0 g	0
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,0 g	3
Sódio	23,1 mg	1
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: grão de bico, cebola, limão, hortelã, salsa, alho, sal, pimenta síria.		

recheio de frango

140 g (1 porção)

proteína

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	87kcal=365kJ	4
Carboidratos	3,8 g	1
Proteínas	13,6 g	18
Gorduras Totais	1,9 g	4
Gorduras Saturadas	0,0 g	0
Gorduras Trans	0,0 g	0
Fibra Alimentar	0,8 g	3
Sódio	58,5 mg	2
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: frango, tomate, cebola, cenoura, alho poró, salsão, manjericão, sal.		

cc arroz integral com legumes

100 g (1 porção)

acompanhamento

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	98kcal = 411kJ	5
Carboidratos	20,3 g	7
Proteínas	2,1 g	3
Gorduras Totais	0,9 g	2
Gorduras Saturadas	0,2 g	1
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	1,5 g	6
Sódio	35,1 mg	2
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: arroz integral, cenoura, abobrinha, cebola, sal, alho, óleo de soja, salsinha fresca.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	168kcal=706kJ	8
Carboidratos	30,6 g	10
Proteínas	10,2 g	14
Gorduras Totais	0,6 g	1
Gorduras Saturadas	0,1 g	0
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	7,7 g	31
Sódio	43,2 mg	2

Lactose: contém lactose

Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.

Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.

Ingredientes: feijão, alho, óleo, sal, folha de louro.

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	40kcal=166kJ	2
Carboidratos	7 g	2
Proteínas	1,4 g	2
Gorduras Totais	0,6 g	1
Gorduras Saturadas	0,1 g	0
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	0,9 g	4
Sódio	29,4 mg	1

Lactose: contém lactose

Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.

Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.

Ingredientes: quinoa, ervas finas, sal.

**cc purê de
abóbora cabotiá**

180 g (1 porção)

acompanhamento

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	25kcal=106kJ	1
Carboidratos	3,2 g	1
Proteínas	0,5 g	1
Gorduras Totais	1,2 g	2
Gorduras Saturadas	0,2 g	1
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,3 g	1
Sódio	16,2 mg	1

Lactose: zero lactose**Glúten:** por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.**Alergênicos:** pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.**Ingredientes:** abóbora cabotian, óleo de soja, alho, cebola seca, salsa, sal.

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	102kcal=429kJ	5
Carboidratos	11,4 g	4
Proteínas	10,5 g	14
Gorduras Totais	1,6 g	3
Gorduras Saturadas	0,3 g	1
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	5 g	20
Sódio	16,8 mg	1

Lactose: contém lactose

Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.

Alergênicos: contém leite. Pode conter trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada

Ingredientes: batata doce, leite, manteiga, sal.

cc brócolis com cenoura

120 g (1 porção)

acompanhamento

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	53kcal=222kJ	3
Carboidratos	2,5 g	1
Proteínas	0,6 g	1
Gorduras Totais	4,5 g	8
Gorduras Saturadas	0,8 g	4
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,7 g	1
Sódio	51,7 mg	2
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: brócolis, cenoura, alho, óleo de soja, sal, salsa fresca.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	67kcal=284kJ	3
Carboidratos	3,4 g	1
Proteínas	2,9 g	4
Gorduras Totais	4,7 g	9
Gorduras Saturadas	0,7 g	3
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	1,4 g	6
Sódio	0 mg	0

Lactose: zero lactose

Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.

Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.

Ingredientes: batata doce, óleo, ervas finas, páprica doce e sal.

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	70kcal=292kJ	4
Carboidratos	10,1 g	3
Proteínas	1,2 g	2
Gorduras Totais	2,7 g	5
Gorduras Saturadas	0,4 g	2
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,8 g	3
Sódio	0,3 mg	0

Lactose: zero lactose

Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.

Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.

Ingredientes: abóbora cabotiá, azeite, alecrim e sal.

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	163kcal=684kJ	8
Carboidratos	33,7 g	11
Proteínas	1,4 g	2
Gorduras Totais	2,5 g	5
Gorduras Saturadas	0,4 g	2
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	1,5 g	6
Sódio	19,4 mg	1

Lactose: zero lactose

Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.

Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.

Ingredientes: banana da terra e óleo.

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	225kcal=945kJ	11
Carboidratos	8,7 g	3
Proteínas	19,3 g	26
Gorduras Totais	12,6 g	23
Gorduras Saturadas	4 g	18
Gorduras Trans	0,4 g	**
Fibra Alimentar	2,8 g	11
Sódio	493,9 mg	21

Lactose: baixo teor em lactose

Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.

Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.

Ingredientes: frango desfiado, alface americana, alface crespa, ricota, pepino, rúcula, tomate cereja, cebola roxa e azeitona.

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	321 kcal = 1348 kJ	16
Carboidratos	15 g	5
Proteínas	35 g	47
Gorduras Totais	14 g	25
Gorduras Saturadas	4,6 g	21
Gorduras Trans	0,4 g	**
Fibra Alimentar	2,1 g	8
Sódio	349 mg	17
Lactose: baixo teor em lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: alface americana crua, file de frango, croutons fhom, queijo parmesão ralado.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	133kcal=559kJ	7
Carboidratos	11,1 g	4
Proteínas	10,9 g	15
Gorduras Totais	5 g	9
Gorduras Saturadas	2,8 g	13
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	3 g	12
Sódio	172,9 mg	7
Lactose: baixo teor em lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: tomate seco, alface crespa crua, alface americana crua, mussarela de bufala, rúcula, manjeriço fresco.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	202kcal=850kJ	10
Carboidratos	18,3 g	6
Proteínas	7,2 g	10
Gorduras Totais	11,1 g	20
Gorduras Saturadas	1,1 g	5
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	7,75 g	31
Sódio	53,8 mg	2
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: alface americana, quinoa, palmito, amêndoas laminadas, tomate cereja, cenoura e beterraba.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	169kcal=711kJ	8
Carboidratos	10 g	30
Proteínas	18,3 g	25
Gorduras Totais	6,2 g	11
Gorduras Saturadas	3,4 g	15
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	2,3 g	9
Sódio	55,8 mg	2
Lactose: baixo teor em lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: frango desfiado, alface americana, alface crespa, ricota abacaxi, cebola roxa, tomate cereja e rúcula.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	301 kcal = 1265 kJ	15
Carboidratos	23,5 g	8
Proteínas	21,8 g	29
Gorduras Totais	13,3 g	24
Gorduras Saturadas	2,4 g	11
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	14,9 g	60
Sódio	183,9 mg	8
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: atum, quinoa, alface americana, alface crespa, cebola roxa, semente de abóbora e rúcula.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	332 kcal = 1388 kJ	17
Carboidratos	23 g	8
Proteínas	35 g	46
Gorduras Totais	12 g	21
Gorduras Saturadas	2 g	9
Gorduras Trans	0,1 g	**
Fibra Alimentar	6,5 g	26
Sódio	311 mg	13
Lactose: zero lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: contém soja		
Ingredientes: alface americana, quinoa, palmito, amêndoas laminadas, tomate cereja, cenoura e beterraba.		

saladina rúcula e cebola roxa

35 g (porção individual)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	5,85 kcal = 24,75 kJ	0,3
Carboidratos	1,1 g	0,4
Proteínas	0,7 g	0,9
Gorduras Totais	0,04 g	0,1
Gorduras Saturadas	0,01 g	0,04
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	0,6 g	2,4
Sódio	2,8 mg	0,14
Lactose: zero lactose		
Glúten: não contém glúten		
Alergênicos: -		
Ingredientes: Rúcula in natura crua e cebola roxa in natura crua.		

saladinha alface, tomate e cenoura

90 g (porção individual)

saladas

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	20,4 kcal = 84,7 kJ	1
Carboidratos	4 g	1,3
Proteínas	1,4 g	1,9
Gorduras Totais	0,2 g	0,4
Gorduras Saturadas	0,1 g	0,5
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	2,4 g	10
Sódio	3,4 mg	0,2
Lactose: zero lactose		
Glúten: não contém glúten		
Alergênicos: -		
Ingredientes: Alface crespa crua, tomate cereja in natura e cenoura in natura crua ralada.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	93 kcal = 400 kJ	5
Carboidratos	3 g	1
Proteínas	3 g	4
Gorduras Totais	8 g	14
Gorduras Saturadas	1 g	5
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	2 g	8
Sódio	1 mg	0
Lactose: zero lactose		
Glúten: não contém glúten		
Alergênicos: contém amêndoas		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	174 kcal = 730 kJ	8,7
Carboidratos	9 g	3,4
Proteínas	5,1 g	6,9
Gorduras Totais	14,3 g	22
Gorduras Saturadas	2,5 g	11,6
Gorduras Trans	2,6 g	17,1
Fibra Alimentar	1 g	7
Sódio	0,1 mg	0,1
Lactose: zero lactose		
Glúten: não contém glúten		
Alergênicos: contém castanha de caju		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	79 kcal = 332 kJ	4
Carboidratos	6 g	2
Proteínas	2,9 g	4
Gorduras Totais	4,8 g	9
Gorduras Saturadas	0,4 g	2
Gorduras Trans	0 g	0
Fibra Alimentar	5,3 g	21
Sódio	0 mg	0
Lactose: zero lactose		
Glúten: não contém glúten		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	45 kcal = 200 kJ	2,3
Carboidratos	5 g	1,7
Proteínas	2 g	2,7
Gorduras Totais	2 g	3,6
Gorduras Saturadas	0 g	0
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	0,5 g	2
Sódio	0 mg	0
Lactose: zero lactose		
Glúten: não contém glúten		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	547 kcal = 2269 kJ	27
Carboidratos	48 g	16
Proteínas	47,2 g	63
Gorduras Totais	18,4 g	33
Gorduras Saturadas	4,9 g	22
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	4,1 g	16
Sódio	689,7 mg	29
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: filé de frando parmegiana, batata doce, arroz integral.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	300 kcal = 1262 kJ	15
Carboidratos	41,7 g	14
Proteínas	10,7 g	14
Gorduras Totais	10,1 g	18
Gorduras Saturadas	1,8 g	8
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	8,3 g	21
Sódio	79 mg	3
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: quibe de girassol, abóbora assada, rúcula, cebola roxa.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	483 kcal = 2028 kJ	24
Carboidratos	55,7 g	19
Proteínas	34 g	45
Gorduras Totais	13,8 g	25
Gorduras Saturadas	4 g	18
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	9,7 g	39
Sódio	886,8 mg	37
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: sobrecoxa de frango, arroz integral, feijão, alface americana, tomate cereja, cenoura.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	653 kcal = 2741 kJ	33
Carboidratos	80,9 g	27
Proteínas	49,4 g	66
Gorduras Totais	14,6 g	27
Gorduras Saturadas	3,3 g	15
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	10,5 g	42
Sódio	733,2 mg	31
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: filé mignon suíno, arroz integral, feijão, banana da terra, rúcula, cebola roxa.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	239 kcal = 1003 kJ	12
Carboidratos	19,3 g	6
Proteínas	28,5 g	38
Gorduras Totais	5,3 g	10
Gorduras Saturadas	0,3 g	1
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	2 g	8
Sódio	192,7 mg	8
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: filé de frango, arroz integral, alface americana, tomete cereja, cenoura.		

prato polpetone com purê de abóbora

420 g (1 porção)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	430 kcal = 1806 kJ	24
Carboidratos	47,3 g	18
Proteínas	27,5 g	50
Gorduras Totais	14,5 g	25
Gorduras Saturadas	4,0 g	18
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	11,2 g	62
Sódio	266,2 mg	10
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: purê de abóbora cabotiá, polpetone e legumes		

prato polpetone com purê de batata doce

420 g (1 porção)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	485 kcal = 2035 kJ	24
Carboidratos	52,6 g	18
Proteínas	37,2 g	50
Gorduras Totais	13,9 g	25
Gorduras Saturadas	4,0 g	18
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	15,6 g	62
Sódio	250,6 mg	10

Lactose: contém lactose

Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.

Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.

Ingredientes: purê de batata doce, polpetone e legumes

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	321,8 kcal = 1344,3 kJ	16
Carboidratos	28 g	9,4
Proteínas	27,4 g	36,5
Gorduras Totais	12 g	22
Gorduras Saturadas	4,1 g	19
Gorduras Trans	0,3 g	**
Fibra Alimentar	4,2 g	17
Sódio	458 mg	23
Lactose: traços de lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: contém derivados do leite e do trigo		
Ingredientes: pão integral, sapicão de frango, tomate, queijo mussarela, alface crespa crua.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	335 kcal = 1407 kJ	17
Carboidratos	28 g	9
Proteínas	22 g	29
Gorduras Totais	16 g	29
Gorduras Saturadas	8 g	36,4
Gorduras Trans	0,4 g	**
Fibra Alimentar	3,4 g	14
Sódio	901 mg	45
Lactose: contém lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: contém leite, derivados do leite e do trigo		
Ingredientes: pão integral, mussarela de bufala, peito de peru, cream cheese.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	215,2 kcal = 904 kJ	11
Carboidratos	27 g	9
Proteínas	16,3 g	22
Gorduras Totais	6 g	11
Gorduras Saturadas	1 g	4,5
Gorduras Trans	0,1 g	**
Fibra Alimentar	4,1 g	16,5
Sódio	488 mg	24,5
Lactose: zero lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: contém peixe e derivados do trigo		
Ingredientes: pão integral, salpicão, tomate, alface crespa crua, atum em conserva.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	352 kcal = 1478 kJ	18
Carboidratos	29,5 g	10
Proteínas	23 g	31
Gorduras Totais	17 g	31
Gorduras Saturadas	8,2 g	37
Gorduras Trans	0,4 g	**
Fibra Alimentar	4,3 g	17
Sódio	920 mg	46
Lactose: contém lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: contém leite, derivados do leite e do trigo		
Ingredientes: pão integral, mussarela, peito de peru, tomate cream cheese, cenoura, alface crespa crua.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	383 kcal = 1609 kJ	19
Carboidratos	32 g	11
Proteínas	15 g	20
Gorduras Totais	23 g	42
Gorduras Saturadas	9 g	41
Gorduras Trans	0,4 g	**
Fibra Alimentar	4,2 g	17
Sódio	686 mg	34
Lactose: contém lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: contém leite, derivados do leite e do trigo		
Ingredientes: pão integral, mussarela de bufala, tomate seco, cream cheese e rúcula.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	226 kcal = 950 kJ	11
Carboidratos	2,2 g	1
Proteínas	13,3 g	18
Gorduras Totais	18,2 g	33
Gorduras Saturadas	9,6 g	44
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	5,24 g	21
Sódio	319,7 mg	13
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: pão integral, queijo mussarela, cream cheese, ricota, queijo parmesão.		

tuna melt

360 g (1 unidade)

sanduíches quentes

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	574 kcal = 2410 kJ	29
Carboidratos	59,2 g	20
Proteínas	32,4 g	43
Gorduras Totais	23 g	42
Gorduras Saturadas	9,6 g	44
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	3,36 g	13
Sódio	1011,4 mg	42
Lactose: baixo teor em lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: pão ciabatta, atum, molho parmesão, queijo mussarela, cebola roxa, tomate, alface crespa, cream cheese, rúcula.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	526 kcal = 2210 kJ	29
Carboidratos	59,2 g	20
Proteínas	26,6 g	43
Gorduras Totais	20,3 g	42
Gorduras Saturadas	10,4 g	44
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	3,36 g	13
Sódio	775,7 mg	42
Lactose: baixo teor em lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: pão ciabatta, frango, cream cheese, molho parmesão, cebola roxa, tomate, alface crespa, rúcula.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	530 kcal = 2226 kJ	27
Carboidratos	59,3 g	20
Proteínas	25,6 g	34
Gorduras Totais	21,2 g	39
Gorduras Saturadas	8,5 g	39
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	0 g	13
Sódio	1170,6 mg	49
Lactose: baixo teor em lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: pão ciabatta, molho parmesão, queijo mussarela, ricota, cebola roxa, queijo parmesão, tomate, alface crespa, cream cheese, rúcula.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	490 kcal = 2058 kJ	25
Carboidratos	66,1 g	22
Proteínas	14,6 g	20
Gorduras Totais	18,6 g	34
Gorduras Saturadas	9,7 g	44
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	4,6 g	19
Sódio	739,9 mg	31
Lactose: baixo teor em lactose		
Glúten: contém glúten		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: pão ciabatta, carne suína, cream cheese, molho parmesão, cebola roxa, tomate, alface crespa, rúcula.		

ciabatta com manteiga

65 g (1 unidade)

lanches

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	324 kcal = 1360 kJ	16
Carboidratos	26,5 g	9
Proteínas	4 g	5
Gorduras Totais	22,5 g	30
Gorduras Saturadas	12,9 g	59
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	3 g	12
Sódio	213,5 mg	9
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: pão ciabatta, manteiga		

ciabatta com cream cheese

65 g (1 unidade)

lanches

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	249 kcal = 1047 kJ	12
Carboidratos	27 g	9
Proteínas	5 g	7
Gorduras Totais	13,5 g	25
Gorduras Saturadas	7,8 g	35
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	3 g	12
Sódio	106,7 mg	4
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: pão ciabatta, cream cheese		

ciabatta com queijo e manteiga

85 g (1 unidade)

lanches

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	379 kcal = 1593 kJ	19
Carboidratos	27,1 g	9
Proteínas	9,6 g	13
Gorduras Totais	25,9 g	47
Gorduras Saturadas	15 g	68
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	3 g	12
Sódio	216,8 mg	9
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: pão ciabatta, queijo mussarela e manteiga		

**pernil suíno
abóbora cabotiá**

340 g (1 unidade)

escondidinho

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	222 kcal = 1262 kJ	11
Carboidratos	13,9 g	5
Proteínas	9,3 g	12
Gorduras Totais	14,4 g	26
Gorduras Saturadas	7,9 g	36
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	2 g	8
Sódio	167,6 mg	7
Lactose: baixo teor em lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: purê de abóbora cabotiá, pulled pork, mussarela, cream cheese.		

**frango com
abóbora cabotiá**

320 g (1 unidade)

escondidinho

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	280 kcal = 1176 kJ	14
Carboidratos	20,5 g	7
Proteínas	27,5 g	37
Gorduras Totais	10,2 g	18,5
Gorduras Saturadas	4 g	18
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	5,1 g	20,5
Sódio	406 mg	20,3
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: purê de abóbora, recheio de frango e mussarela.		

**shimeji com
abóbora cabotiá**

330 g (1 unidade)

escondidinho

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	221 kcal = 892 kJ	11
Carboidratos	24 g	8
Proteínas	13 g	17,3
Gorduras Totais	9 g	17
Gorduras Saturadas	3,4 g	15,5
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	7,6 g	30,4
Sódio	608 mg	30,4
Lactose: baixo teor em lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: purê de abóbora, shimeji e mussarela.		

**pernil suíno com
batata doce**

340 g (1 unidade)

escondidinho

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	299 kcal = 1255 kJ	15
Carboidratos	22,1 g	7
Proteínas	19,3 g	26
Gorduras Totais	14,8 g	27
Gorduras Saturadas	8 g	36
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	6,7 g	27
Sódio	168,2 mg	7
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: contém leite. Pode conter trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: purê de batata doce, pulled pork, mussarela, cream cheese.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	258 kcal = 1084 kJ	13
Carboidratos	12,5 g	4
Proteínas	26,5 g	35
Gorduras Totais	11,1 g	20
Gorduras Saturadas	5,3 g	24
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	1,7 g	7
Sódio	896 mg	45
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: contém leite. pode conter trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: purê de abóbora, recheio de frango e mussarela.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	190 kcal = 800 kJ	9,5
Carboidratos	16 g	5,3
Proteínas	12 g	16
Gorduras Totais	10 g	18
Gorduras Saturadas	5 g	23
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	4,2 g	17
Sódio	1098 mg	55
Lactose: contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: contém leite. pode conter trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: purê de batata doce, shimeji e mussarela.		

sopa de mandioca

400 g (porção individual)

sopas

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	232 kcal = 974 kJ	12
Carboidratos	49,8 g	17
Proteínas	2,1 g	3
Gorduras Totais	2,7 g	5
Gorduras Saturadas	0,4 g	2
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	2,6 g	10
Sódio	214,6 mg	9

Lactose: não contém lactose

Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.

Alergênicos: contém leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada

Ingredientes: mandioca, alho poró, cenoura, óleo, cebola, salsão, alho, salsinha, sal.

sopa de legumes

400 g (porção individual)

sopas

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	321 kcal = 1350 kJ	16
Carboidratos	72,9 g	24
Proteínas	6,4 g	9
Gorduras Totais	0,5 g	1
Gorduras Saturadas	0,1 g	0
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	8,3 g	33
Sódio	89,4 mg	4
Lactose: não contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: contém leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: batata, cenoura, batata doce, caldo de legumes natural, sal.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	296 kcal = 1241 kJ	15
Carboidratos	32,6 g	11
Proteínas	19,1 g	26
Gorduras Totais	9,9 g	18
Gorduras Saturadas	1,7 g	0
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	1,8 g	7
Sódio	155,9 mg	7
Lactose: não contém lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: contém leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada		
Ingredientes: água, feijão, cebola, óleo, sal, páprica doce, alho, pimenta jamaica e folha de louro		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	349 kcal = 1466 kJ	17
Carboidratos	14,6 g	5
Proteínas	7,8 g	10
Gorduras Totais	28,8 g	52
Gorduras Saturadas	4,7 g	21
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	3,9 g	16
Sódio	361,2 mg	15
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: peito de peru, mix de folhas de alface, molho light, tortilla integral, ricota, pepino, beterraba, cenoura.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	509 kcal = 2137 kJ	25
Carboidratos	25,5 g	9
Proteínas	9,2 g	12
Gorduras Totais	41,1 g	75
Gorduras Saturadas	10,9 g	50
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	6 g	24
Sódio	279 mg	12
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: quibe de girassol, alface americana, molho light, cream cheese, tortilla integral, tomate cereja, beterraba, cenoura.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	362 kcal = 1521 kJ	18
Carboidratos	15,5 g	5
Proteínas	18,1 g	24
Gorduras Totais	25,3 g	46
Gorduras Saturadas	9,1 g	41
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	2 g	8
Sódio	753,5 mg	31
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: frango, mix de folhas de alface, molho parmesão, tortilla integral, cream cheese, milho, beterraba, tomate cereja.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	476 kcal = 1998 kJ	24
Carboidratos	18,3 g	6
Proteínas	28,1 g	37
Gorduras Totais	32,3 g	59
Gorduras Saturadas	9,7 g	44
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	1,9 g	8
Sódio	1109,4 mg	46
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: atum, mix de folhas de alface, molho mostarda e mel, tortilla integral, queijo mussarela, ovo de codorna, cenoura, azeitona.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	241 kcal = 1011 kJ	12
Carboidratos	18,4 g	6
Proteínas	7,2 g	10
Gorduras Totais	15,4 g	28
Gorduras Saturadas	5,8 g	26
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	3 g	12
Sódio	797,9 mg	33
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: falafel, alface americana, molho italiano, cream cheese, tortilla integral, pepino, beterraba, tomate cereja.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	367 kcal = 1543 kJ	18
Carboidratos	30,2 g	10
Proteínas	11,1 g	15
Gorduras Totais	22,5 g	41
Gorduras Saturadas	7,4 g	34
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	3,9 g	16
Sódio	925,5 mg	39
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: carne suína, mix de folhas, molho de mostarda e mel, queijo mussarela, tortilla integral, abacaxi, cebola roxa, tomate cereja, pepino.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	696 kcal = 2925 kJ	35
Carboidratos	37,9 g	13
Proteínas	25,4 g	34
Gorduras Totais	49,2 g	90
Gorduras Saturadas	11,9 g	54
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	5,3 g	21
Sódio	2065,2 mg	86
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: frango, cream cheese, alface americana, molho ceasar, tomate seco, tortilla integral, pepino, cebola roxa.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	248 kcal = 1042 kJ	12
Carboidratos	26,6 g	9
Proteínas	9,5 g	13
Gorduras Totais	11,5 g	21
Gorduras Saturadas	0,8 g	4
Gorduras Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	7,1 g	28
Sódio	1640,2 mg	68
Lactose: zero lactose		
Glúten: por ser produzido no mesmo ambiente que alimentos com glúten, pode conter traços.		
Alergênicos: pode conter leite e derivados, trigo, centeio, cevada, aveia e suas estripes hibridizadas e noz moscada.		
Ingredientes: shimeji, mix de folhas de alface, molho italiano, tortilla integral, palmito, ricota, cenoura.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	273 kcal = 1147 kJ	14
Carboidratos	1,1 g	0,4
Proteínas	0,09 g	0,12
Gorduras Totais	30 g	54,5
Gorduras Saturadas	4,5 g	20,5
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	0,1 g	0,4
Sódio	160 mg	8
Lactose: zero lactose		
Glúten: não contém glúten		
Alergênicos: -		
Ingredientes: azeite de oliva, suco de limão, sal marinho e tempero Pitada Natural Italiano.		

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	644 kcal = 2705 kJ	32
Carboidratos	2,1 g	7
Proteínas	7,1 g	9,5
Gorduras Totais	67 g	122
Gorduras Saturadas	13,2 g	60
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	1,3 g	5,2
Sódio	297 mg	15
Lactose: zero lactose		
Glúten: não contém glúten		
Alergênicos: -		
Ingredientes: Manjericão fresco, Azeite de oliva, queijo parmesão ralado e alho cru.		