

ARROZ				
DESCRIÇÃO	CAMIL	BROTO LEGAL	PRATO FINO	TIO JOÃO
Fibra Alimentar	0,8g	1,0g	1,2g ✓	<1,0g
Carboidrato	39g	40g	39g ✓	40g
Gorduras Saturadas	0g	0g	0g ✓	0g
Proteínas	3,7g	3,0g	3,5g 36	3g
Gorduras Totais	0g	0g	0g ✓	0g
Valor Energético	171 kcal	172kcal	172 kcal 173	170 kcal
Sódio		0g	0g 70	0mg
Gorduras Trans		0g	0g	-

FEIJÃO			
DESCRIÇÃO	CAMIL 60g	BROTO LEGAL 60g	KICALDO 60g
Cálcio	100mg	18,6mg	62mg
Fibra Alimentar	10g	4,8g	16g
Carboidratos	26g	9,6g	32g
Gorduras Saturadas	0g	0g	0g
Colesterol	0mg	0mg	0mg
Sódio	0mg	0mg	0mg
Proteínas	10g	4,2g	14g
Gorduras Totais	0g	0g	0g
Valor Calórico	160 kcal	60 kcal	200 kcal
Ferro	3,04mg	1,2mg	4mg

63.
13.
39.
0.
-
0.
11,32
0.
157.
4 mg



MACARRÃO PARAFURSO				
DESCRIÇÃO	RENATA 80g	ADRIA 80g	DONA BENTA 80g	PETYBON 80g
Fibra Alimentar	1,6g	2,2g	1,5g	1,6g
Carboidratos	59g	58g	52g	59g
Gorduras Saturadas	0,0g	0,5g	0,2g	0g
Sódio	0,0mg	20mg	0g	0g
Proteínas	8,8g	9,0g	6,6g	8,8g
Gorduras Trans	0,0g	1,1g	1,1g	0,8g
Gorduras Totais	0,8g	0g	0g	0g
Valor Calórico	279kcal	278kcal	252kcal	278kcal

2,18
58
0,7
16mg
8,9
0
1,6
282

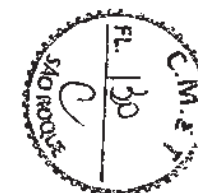
MACARRÃO ESPAGUETE				
DESCRIÇÃO	RENATA 80g	ADRIA 80g	DONA BENTA 80g	PETYBON 80g
Fibra Alimentar	1,6g	2,2g	1,5g	1,6g
Carboidratos	59g	58g	52g	59g
Gorduras Saturadas	0,0g	0,5g	0,2g	0g
Sódio	0,0mg	20mg	0g	0g
Proteínas	8,8g	9,0g	6,65g	8,8g
Gorduras Totais	0,0g	1,1g	1,1g	0,8g
Gorduras Trans	0,8g	0g	0g	0g
Valor Energético	279Kcal	278Kcal	252Kcal	278Kcal



ÓLEO DE SOJA			
DESCRIÇÃO	LIZA 15ml	SOYA 15ml	LEVE 13ml
Polinsaturadas	8g	8g	7g
Carboidratos	0g	0g	0g
Gorduras Saturadas	2g	2,5g	2g
Colesterol	0mg	0mg	0mg
Sódio	0mg	0mg	0mg
Proteínas	0g	0g	0g
Gorduras Monoinsaturadas	4g	3,5g	3g
Gorduras Totais	14g	14g	10g
Valor Calórico	120 kcal	120 kcal	108 kcal
Vitamina E	2mg	3mg	2,8mg

ACÚCAR REFINADO			
DESCRIÇÃO	UNIÃO	DA BARRA	CARAVELAS
Carboidratos	5,0g	5,0g	5,0g
Valor Calórico	20 kcal	20 kcal	20 kcal

SAL REFINADO (PORÇÃO 1g)			
DESCRIÇÃO	CISNE	LEBRE	GARÇA
Iodo	25mcg	0,025mg	0,025mg
Sódio	390mg	390mg	390mg



FARINHA DE TRIGO			
DESCRIÇÃO	RENATA (50g)	SOL (50g)	DONA BENTA (50g)
Ácido Fólico	75ug	7,5ug	7,5ug
Fibra Alimentar	1,0g	1,0g	1,0g
Carboidratos	38g	38g	38g
Gorduras Saturadas	0g	0g	0g
Sódio	0mg		0mg
Proteínas	5,0g	5,0g	5,0g
Gorduras Totais	0g	0g	0g
Valor Calórico	172 kcal	180 kcal	180 kcal
Gordura Trans	0g	0g	0g
Ferro	2,1mg	2,1mg	2,1mg

FUBÁ DE MILHO			
DESCRIÇÃO	HIKARI (50g)	SINHÁ	YOKI (50g)
Sódio	0mg	0mg	23mg
Grodura Trans	0g	0g	0g
Ácido Fólico	75mcg	75mg	81mcg
Carboidratos	39g	37g	41g
Ferro	2,1mg	2,1mg	3,0mg
Fibra Alimentar	1g	2,4mg	0g
Gorduras Saturadas	0g	0g	0g
Gorduras Totais	1g	0,9g	1,0g
Proteínas	3,6g	3,4g	3,7g
Valor Energético	170kcal	170kcal	188kcal

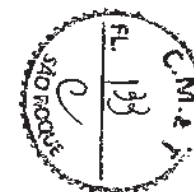


MOLHO DE TOMATE			
DESCRIÇÃO	FUGINI (60g)	QUERO (60g)	SALSARETTI (60g)
Fibra Alimentar	1,3g	0,7g	0g
Carboidratos	8,0g	5,8g	4,9g
Gorduras Saturadas	0g	0g	0g
Sódio	316mg	311mg	285mg
Proteínas	1,1g	0,6g	0,6g
Gorduras Totais	1,0g	0g	0g
Gorduras Trans	0g	0g	0g
Valor Energético	40Kcal	30Kcal	25Kcal

CREME DE LEITE			
DESCRIÇÃO	NESTLÉ (15g)	ITALAC (25mg)	PIRACANJUBA (15g)
Gorduras Poliinsaturadas	0g		
Carboidratos	0,6g	3g	0,6g
Gorduras Saturadas	1,5g	3g	1,6g
Colesterol	6,6mg	10mg	
Sódio	9,5mg	0mg	12mg
Proteínas	0g	**	0,5g
Gorduras Trans	não contém		
Valor Energético	27kcal	60kcal	28kcal
Fibra Alimentar	0g	0g	0g
Gorduras Monoinsaturadas	0,6g		
Gorduras Totais	2,6g	5g	2,6g
Cálcio		26mg	
Ferro		**	



ACHOCOLATADO		
DESCRIÇÃO	NESCAU (20g)	TODDY (20g)
Cálcio	162mg	
Gorduras Saturadas	0,2g	0g
Carboidratos	17g	19g
Sódio	21mg	28mg
Proteínas	0,7g	0g
Gordura Trans	**	0g
Vitamina B6	0,42mg	0,19mg
Vitamina PP (nínacina)	5,2mg	
Vitamina B2	0,42mg	0,19mg
Valor Energético	75kcal	80kcal
Magnésio	29mg	
Vitamina B1	0,39g	0,18mg
Biotina	9,7ug	
Fibra Alimentar	1,0g	0g
Vitamina B12	0,78ug	
Gorduras Totais	0,6g	0g
Ferro	2,3mg	
Ácido pantotênico	1,6mg	
Vitamina B3		2,4mg
Vitamina C		6,7mg
Vitamina A		90mcg
Vitamina D		0,75mcg
Açúcares		18g



BISCOITO MAIZENA			
DESCRIÇÃO	BAUDUCCO (30g)	TOSTINES (30g)	DUCHEN (30g)
Niacina	0,72mg		
Gorduras Poliinsaturadas	0,8g		
Carboidratos	22g	21g	20g
Gorduras Saturadas	1,8g	1,1g	0,5g
Colesterol	0mg		
Sódio	158mg	109mg	287mg
Proteínas	2,6g	3,1g	3,5g
Gorduras Monoinsaturadas	0,8g		
Vitamina B6	0,06mg		
Gorduras Trans	0g	não contém	0,g
Valor Energético	132kcal	130kcal	124kcal
Fibra Alimentar	0,9g	0,8g	0,9g
Vitamina B2 (riboflavina)	0,06mg		
Gorduras Totais	3,6g	3,6g	3,2g
Vitamina A	27g		
Vitamina B1 (tiamina)	0,05mg		

2



ERVILHA			
DESCRIÇÃO	QUERO (130g)	PREDILECTA (130g)	BONDUELLE (130g)
Gordura Trans	0g		0g
Fibra Alimentar	3,1g	4,0g	3,5g
Carboidratos	20g	13g	20g
Gorduras Saturadas	0g		0g
Sódio	599mg	325mg	317mg
Proteínas	0g	4,0g	8,6g
Gorduras Totais	0g		0g
Valor Calórico	84kcal	68kcal	116kcal

LEITE CONDENSADO		
DESCRIÇÃO	MOÇA (20g)	ITALAC (20g)
Valor Energético	65kcal	65kcal
Cálcio	52mg	58G
Fibra Alimentar	0g	0g
Carboidratos	11g	11g
Gorduras Saturadas	1,0g	1,0g
Sódio	20mg	26mg
Proteínas	1,4g	1,5g
Gorduras Trans	não contém	0
Gorduras Totais	1,6g	1,6g



MILHO VERDE			
DESCRIÇÃO	QUERO (130g)	PREDILECTA (130g)	FUGINI (130g)
Valor Energético	129kcal	83kcal	70kcal
Fibra Alimentar	2,7g	4,3g	4,0g
Carboidratos	25g	15g	13g
Gorduras Saturadas	0g		0g
Sódio	606mg	480mg	325mg
Proteínas	4,2g	2,3g	4,0g
Gorduras Trans	0g		0g
Gorduras Totais	1,5g	1,5g	0g

MAIONESE		
DESCRIÇÃO	LIZA (12g)	HELLMANN'S (12g)
Carboidratos	1,1g	0,9g
Gorduras Saturadas	0,4g	0,6g
Colesterol	3,4mg	2,2mg
Sódio	138mg	125mg
Proteínas	0g	0g
Gorduras Trans	não contém	0g
Valor Energético	27kcal	40kcal
Gorduras Poliinsaturadas	1,5g	2,3g
Fibra Alimentar	0g	0g
Gorduras Monoinsaturadas	0,7g	1,0g
Gorduras Totais	2,7g	4,0g
Ômega 3		0,3g
Vitamina E		0,32mg



LEITE EM PÓ		
DESCRIÇÃO	NINHO (26g)	ITAMBÉ (26g)
Cálcio	246mg	239mg
Gorduras Saturadas	3,9g	4,4g
Carboidratos	9,9g	9,6g
Sódio	95mg	91mg
Proteínas	6,8g	6,7g
Gorduras Trans	não contém	0
Valor Energético	130kcal	129kcal
Fibra Alimentar	0g	0
Vitamina C	17mg	14mg
Vitamina A	225ug RE	180mcg RE
Gorduras Totais	7,0g	7,1g
Ferro	5,2mg	4,2mg
Vitamina D	1,8ug	1,5mcg

