

BOLO INTEGRAL DE NOZES E CANELA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 100 g (1 FATIA)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	351 kcal =1468 kJ	18
Carboidratos	54 g	18
Proteínas	6,5 g	9
Gorduras Totais	9,8 g	18
Gorduras Saturadas	4,0 g	18
Gorduras Trans	0,0 g	**
Gorduras Monoinsaturadas	2,2 g	**
Gorduras Poliinsaturadas	0,7 g	**
Fibra Alimentar	3,3 g	13
Sódio	110 mg	5
Vitamina B1	0,16 mg	13
Vitamina B2(2)	0,11 mg	9
Vitamina B6(2)	0,08 mg	6
Vitamina B12(2)	0,15 mcg	6
Vitamina E(2)	0,77 mg	8
Fósforo(3)	110,529 mg	16
Ferro(2)(*)	2,1 mg	15
Magnésio(2)	36,76 mg	14
Zinco(2)(**)	0,92 mg	13
Selênio(2)	9,2 mcg	27

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

(**) Valor Diário Não Estabelecido

(*) 10% de biodisponibilidade, (**) Biodisponibilidade moderada

NOTAS: (1) Human Vitamin and Mineral Requirements, Report 7ª Joint FAO/OMS Expert Consultation Bangkok, Thailand, 2001.; (2) Dietary Reference Intake, Food and Nutrition Board, Institute of Medicine. 1999-2001.

Lactose: ZERO LACTOSE

Glúten: CONTÉM GLÚTEN

Alergênicos

CONTÉM AVEIA

CONTÉM DERIVADOS DO LEITE

CONTÉM NOZ

CONTÉM OVOS

CONTÉM TRIGO

PODE CONTER TRAÇOS DE SOJA

PODE CONTER TRAÇOS DE AMENDOIM

PODE CONTER TRAÇOS DE LEITE