

BOLO DE NOZES

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 100 g (1 FATIA)

| | Quantidade por Porção | %VD(*) |
|--------------------------|-----------------------|--------|
| Valor Energético | 312 kcal =1304 kJ | 16 |
| Carboidratos | 45 g | 15 |
| Proteínas | 6,3 g | 8 |
| Gorduras Totais | 10,0 g | 18 |
| Gorduras Saturadas | 2,8 g | 13 |
| Gorduras Trans | 1,7 g | ** |
| Gorduras Monoinsaturadas | 3,7 g | ** |
| Gorduras Poliinsaturadas | 1,7 g | ** |
| Fibra Alimentar | 0,7 g | 3 |
| Sódio | 190 mg | 8 |
| Vitamina A(2) | 98,31 mcg | 16 |
| Vitamina B1 | 0,09 mg | 7 |
| Vitamina B2(2) | 0,18 mg | 14 |
| Vitamina B12(2) | 0,33 mcg | 14 |
| Vitamina D(2) | 0,40mcg | 8 |
| Cálcio(2) | 78,78 mg | 8 |
| Fósforo(3) | 105,048 mg | 15 |
| Magnésio(2) | 13,20 mg | 5 |
| Zinco(2)(**) | 0,55 mg | 8 |
| Selênio(2) | 7,9 mcg | 23 |

(*) % 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: CONTÉM LACTOSE

Glúten: CONTÉM GLÚTEN

Alergênicos

CONTÉM LEITE

CONTÉM NOZ

CONTÉM OVOS

CONTÉM TRIGO