

BOLO DIET DE LARANJA COM DAMASCO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 100 g (1 FATIA)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	204 kcal =851 kJ	10
Carboidratos	29 g	10
Proteínas	3,8 g	5
Gorduras Totais	14 g	26
Gorduras Saturadas	2,5 g	11
Gorduras Trans	0,0 g	**
Gorduras Monoinsaturadas	4,8 g	**
Gorduras Poliinsaturadas	6,5 g	**
Fibra Alimentar	1,1 g	4
Sódio	131 mg	5
Vitamina A(2)	30,05 mcg	5
Vitamina B1	0,07 mg	6
Vitamina B2(2)	0,10 mg	7
Vitamina B12(2)	0,19 mcg	8
Vitamina C(2)	11,96 mg	27
Fósforo(3)	49,59 mg	7
Selênio(2)	5,2 mcg	15

(*) % 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 7^a 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 OVOS

CONTÉM TRIGO