

me
Gusta



PICOLÉS artesanais

— TABELA NUTRICIONAL —

Nutricionista responsável : Amanda Cavalcante

CRN - 3 : 34917

Fonte : tabela nutricional de composição de alimentos 4. edição.

FRUTAS



Framboesa

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (%)
Valor energético	58kcal = 243,6 kJ	3%
Carboidratos	12,9g	4%
Proteínas	0,7g	1%
Gorduras totais	0g	0%
Gorduras saturadas	0g	0%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	2,3g	9%
Sódio	0mg	0%

Ingredientes: Framboesa, água e açúcar
Não contém glúten

Manga

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (%)
Valor energético	76kcal = 319,2 kJ	4%
Carboidratos	18g	6%
Proteínas	0,5g	1%
Gorduras totais	0g	0%
Gorduras saturadas	0g	0%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0g	0%
Sódio	0mg	0%

Ingredientes: Manga
Não contém glúten

Goiaba

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (%)
Valor energético	91kcal = 382,2 kJ	5%
Carboidratos	20,3g	7%
Proteínas	0,9g	1%
Gorduras totais	0g	0%
Gorduras saturadas	0g	0%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	5,3g	21%
Sódio	0mg	0%

Ingredientes: Goiaba, água e açúcar
Não contém glúten

NECESSÁRIO MANTER CONGELADO A PARTIR DE -18°C

Kiwi

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (%)
Valor energético	59kcal = 247,8 kJ	3%
Carboidratos	13g	4%
Proteínas	0,9g	1%
Gorduras totais	0g	0%
Gorduras saturadas	0g	0%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	1,9g	8%
Sódio	0mg	0%

Ingredientes: Kiwi, açúcar e água
Não contém glúten

Morango

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (%)
Valor energético	54kcal = 226,8 kJ	3%
Carboidratos	11,8g	4%
Proteínas	0,9g	1%
Gorduras totais	0g	0%
Gorduras saturadas	0g	0%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	1,7g	7%
Sódio	0mg	0%

Ingredientes: Morango, água, açúcar e limão
Não contém glúten

Tangerina

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (%)
Valor energético	72kcal = 302,4 kJ	4%
Carboidratos	17,2g	6%
Proteínas	0,9g	1%
Gorduras totais	0g	0%
Gorduras saturadas	0g	0%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0g	0%
Sódio	0mg	0%

Ingredientes: Tangerina e açúcar
Não contém glúten

Maracujá

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (°)
Valor energético	75kcal = 315 kJ	4%
Carboidratos	15g	5%
Proteínas	1,1g	1%
Gorduras totais	1,2g	2%
Gorduras saturadas	0g	0%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0,6g	2%
Sódio	0mg	0%

Ingredientes: Maracujá, água e açúcar
Não contém glúten

Hibisco com Limão

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (°)
Valor energético	53kcal = 222,6 kJ	3%
Carboidratos	12g	4%
Proteínas	0,8g	1%
Gorduras totais	0g	0%
Gorduras saturadas	0g	0%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0g	0%
Sódio	0mg	0%

Ingredientes: Água, limão, açúcar e hibisco flor
Não contém glúten

Melancia

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (°)
Valor energético	58kcal = 243,6 kJ	3%
Carboidratos	12,4g	4%
Proteínas	1g	1%
Gorduras totais	0g	0%
Gorduras saturadas	0g	0%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0,8g	3%
Sódio	0mg	0%

Ingredientes: Melancia, suco verde (couve manteiga, maçã com casca, gengibre, limão, abacaxi e chia), morango, açúcar e limão
Não contém glúten

CREMOSOS



Paçoca

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (°)
Valor energético	230kcal = 966 kJ	12%
Carboidratos	19,8g	7%
Proteínas	5,6g	7%
Gorduras totais	14,3g	26%
Gorduras saturadas	7,7g	35%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0g	0%
Sódio	78,4mg	3%

Ingredientes: Leite integral, creme de leite, leite condensado e paçoca (amendoim e açúcar)

Não contém glúten

Logurte com Amora

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (°)
Valor energético	113kcal = 474,6 kJ	6%
Carboidratos	22,4g	7%
Proteínas	2,2g	3%
Gorduras totais	1,6g	3%
Gorduras saturadas	0,9g	4%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0g	0%
Sódio	29mg	1%

Ingredientes: logurte, amora e açúcar

Não contém glúten

Morango com Creme

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (°)
Valor energético	145kcal = 609 kJ	7%
Carboidratos	18,4g	6%
Proteínas	2,8g	4%
Gorduras totais	6,7g	12%
Gorduras saturadas	4,1g	19%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	1,2g	5%
Sódio	38,1mg	2%

Ingredientes: Morango, leite integral, creme de leite, leite condensado, açúcar e limão

Não contém glúten

Mousse de Maracujá

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (*)
Valor energético	207kcal = 869,4 kJ	10%
Carboidratos	20,5g	7%
Proteínas	4,6g	6%
Gorduras totais	11,8g	21%
Gorduras saturadas	6,9g	31%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	2,6g	10%
Sódio	64mg	3%

Ingredientes: Leite integral, creme de leite, polpa de maracujá, leite condensado e fava de baunilha
Não contém glúten

Banana com Nutella

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (*)
Valor energético	286kcal = 1201,2 kJ	14%
Carboidratos	39,6g	13%
Proteínas	4,1g	5%
Gorduras totais	12,4g	22%
Gorduras saturadas	5,1g	23%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	1,3g	5%
Sódio	23,3mg	1%

Ingredientes: Banana, nutella, leite integral, creme de leite e leite condensado
Não contém glúten

Coco

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (*)
Valor energético	325kcal = 1365 kJ	16%
Carboidratos	26,4g	9%
Proteínas	3,1g	4%
Gorduras totais	23g	42%
Gorduras saturadas	3,7g	17%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	2,1g	8%
Sódio	42,6mg	2%

Ingredientes: Coco, água, creme de leite, açúcar e leite integral
Não contém glúten

Pistache

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (*)
Valor energético	200kcal = 840 kJ	10%
Carboidratos	18,4g	6%
Proteínas	4g	5%
Gorduras totais	12,3g	22%
Gorduras saturadas	5,2g	24%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0g	0%
Sódio	27,2mg	1%

Ingredientes: Creme de Leite, gema pasteurizada, açúcar, leite integral, pistache sem casca cru e creme pistache natural
Não contém glúten

Negresco

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (*)
Valor energético	242kcal = 1016,4 kJ	12%
Carboidratos	25g	8%
Proteínas	5,2g	7%
Gorduras totais	13,5g	25%
Gorduras saturadas	7,6g	35%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0,7g	3%
Sódio	142,4mg	6%

Ingredientes: Leite integral, creme de leite, leite condensado e biscoito negresco
Contém glúten

(*) % = Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. (**) Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

RECHEADOS



Morango com Leite Condensado

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (*)
Valor energético	237kcal = 995,4 kJ	12%
Carboidratos	46,2g	15%
Proteínas	4g	5%
Gorduras totais	4g	7%
Gorduras saturadas	2,6g	12%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	1,3g	5%
Sódio	42,7mg	2%

Ingredientes: Morango, leite condensado, açúcar e limão

Não contém glúten

Maracujá com Leite Condensado

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (*)
Valor energético	217kcal = 911,4 kJ	11%
Carboidratos	38,4g	13%
Proteínas	4,5g	6%
Gorduras totais	5,1g	9%
Gorduras saturadas	2,7g	12%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0,7g	3%
Sódio	43,9mg	2%

Ingredientes: Maracujá, leite condensado, água e açúcar

Não contém glúten

Nozes com Doce de Leite

Informação Nutricional

Porção 110g (uma unidade)

	quantidade por porção	% (*)
Valor energético	292kcal = 1226,4 kJ	15%
Carboidratos	32,4g	11%
Proteínas	6g	8%
Gorduras totais	15,4g	28%
Gorduras saturadas	8,1g	37%
Gordura trans	0g	**
Fibra alimentar	0g	0%
Sódio	106,6mg	4%

Ingredientes: Doce de leite, creme de leite, leite integral, leite condensado e nozes

Não contém glúten

PRODUZIDO POR ME GUSTA SORVETERIA LTDA-ME.

RUA AUGUSTA, 2052 – CERQUEIRA CÉSAR – SÃO PAULO/SP

CNPJ: 19.417.379/0001-68. TELEFONE: (11) 4113-0299

WWW.MEGUSTAPICOLES.COM.BR

TELEFONE: (11) 4113-0299

RUA AUGUSTA - 2052 - SÃO PAULO /SP