



Wellness Smoothies

The Green One

Ingredientes: iogurte grego natural, suco de maçã, banana, kiwi, abacate, couve, hortelã e chlorella..
CONTÉM GLÚTEN (traços). ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DO LEITE DE VACA. PODE CONTER TRAÇOS DE
AMENDOIM, CASTANHA DE CAJU, CASTANHA DO PARÁ, AMÊNDOAS, AVEIA, TRIGO E LÁTEX NATURAL.

* O processo de preparo conta com uso de luvas descartáveis e os traços podem ocorrer por ser elaborado em equipamento e ambiente que se manipulam outros alimentos.

Informação Nutricional		
Porção de 300ml		
Quantidade por porção		%VD(*)
Valor Energético	229 kcal / 958 kj	11%
Carboidratos	34g	11%
Proteínas	7,2g	10%
Gorduras Totais	8g	15%
Gorduras Saturadas	3,5g	16%
Gorduras Monoinsaturadas	1,7g	**
Gorduras Poliinsaturadas	0,4g	**
Gorduras <i>Trans</i>	0g	**
Colesterol	0g	0%
Fibra Alimentar	2,6g	10%
Sódio	97mg	4%
Ferro	1mg	7%
Magnésio	27mg	10%
Vitamina A	115mcg	19%
Vitamina B12	5mcg	208%
Vitamina C	29mg	64%

* Valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal.
Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de
suas necessidades energéticas. ** Valor diário não estabelecido.

Informação Nutricional		
Porção de 500ml		
Quantidade por porção		%VD(*)
Valor Energético	382 kcal / 1598 kj	19%
Carboidratos	57g	19%
Proteínas	12g	16%
Gorduras Totais	13g	24%
Gorduras Saturadas	5,8g	26%
Gorduras Monoinsaturadas	2,9g	**
Gorduras Poliinsaturadas	0,7g	**
Gorduras <i>Trans</i>	0g	**
Colesterol	0g	0%
Fibra Alimentar	4,3g	17%
Sódio	162mg	7%
Ferro	1,8mg	13%
Magnésio	45mg	17%
Vitamina A	192mcg	32%
Vitamina B12	8,3mcg	346%
Vitamina C	69mg	153%

* Valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal. Seus
valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas
necessidades energéticas. ** Valor diário não estabelecido.

