

LEITE

Leite é bom. Esta é uma pura verdade.



Iogurte Natural

O iogurte natural mimosa é o iogurte no seu estado original. O iogurte natural é uma opção nutricionalmente equilibrada, para quem aprecia o genuíno sabor do iogurte ou gosta de elaborar a sua própria mistura de sabores! O iogurte natural, além de poder ser consumido simples, é muitas vezes usado como ingrediente especial em saladas ou bolos, como o de iogurte. **Experimente!**

Embalagem de 120g

Ingredientes: Leite pasteurizado parcialmente desnatado, leite em pó desnatado e **fermentos lácteos**. **Origem:** Portugal

| Valores médios | por 100 g | por unid. 120 g |
|---------------------------|-----------|-----------------|
| energia (kJ/kcal) | 215/51 | 259/61 3%** |
| lípidos (g) | 1,5 | 1,8 3%** |
| dos quais: saturados (g) | 1,0 | 1,2 6%** |
| hidratos de carbono (g) | 4,4 | 5,3 2%** |
| dos quais: açúcares (g) | 4,4 | 5,3 6%** |
| proteínas (g) | 4,2 | 5,0 10%** |
| sal (g) ¹⁾ | 0,13 | 0,15 3%** |
| vitaminas e sais minerais | | |
| riboflavina (mg) | 0,21 15%* | 0,25 18%* |
| cálcio (mg) | 157 20%* | 188 24%* |
| fósforo (mg) | 119 17%* | 143 20%* |
| iodo (µg) | 26,5 18%* | 31,8 21%* |

FR0102018

*do Valor de Referência do Nutriente (VRN).

**da Dose de Referência (DR) para um adulto médio (8400 kJ/ 2000 kcal).

1)Teor de sal deve-se exclusivamente ao sódio naturalmente presente.