

# LEITE

Leite é bom. Esta é uma pura verdade. 

## Leite Bem Especial Cálcio



O cálcio faz parte da estrutura dos ossos, sendo necessário para o crescimento e desenvolvimento normais dos ossos das crianças. A infância e a adolescência são determinantes para o pico da massa óssea que, quanto maior, melhor ajudará a enfrentar as perdas naturais de massa óssea no futuro. Nos adultos, o cálcio é essencial para a manutenção de ossos normais. Por isso, é importante assegurar a ingestão diária de cálcio, em quantidades adequadas e ao longo de toda a vida. Mimosa Bem Especial Cálcio é um leite enriquecido em cálcio e é fonte de proteínas e vitamina D: as proteínas contribuem para a manutenção da massa muscular e a vitamina D contribui para a normal absorção e utilização do cálcio e do fósforo e para níveis normais de cálcio no sangue.

### Meio Gordo

**Ingredientes:** Leite meio-gordo, citrato de cálcio e de potássio e vitamina D.

**Origem:** Portugal



Valores médios	por 100 ml	por copo 250 ml	por emb. 200 ml
energia (kJ/kcal)	202/48	505/120 6%**	404/96 5%**
lipídios (g)	1,6	4,0 6%**	3,2 5%**
dos quais: saturados (g)	1,1	2,8 14%**	2,2 11%**
hidratos de carbono (g)	5,1	13 5%**	10 4%**
dos quais: açúcares (g)	5,1	13 14%*	10 11%*
proteínas (g)	3,3	8,3 17%**	6,6 13%**
sal (g) <sup>1)</sup>	0,10	0,25 4%**	0,20 3%**
vitaminas e sais minerais			
vitamina D (µg)	0,76 15%*	1,9 38%*	1,5 30%*
riboflavina (mg)	0,15 11%*	0,38 27%*	0,30 21%*
vitamina B12 (µg)	0,20 8%*	0,50 20%*	0,40 16%*
cálcio (mg)	140 18%*	350 44%*	280 35%*
fósforo (mg)	93,0 13%*	233 33%*	186 27%*
iodo (µg)	24,1 16%*	60,3 40%*	48,2 32%*

FR0162018

\*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.

A embalagem de 1L contém 4 porções de 250 ml.