

Informação Nutricional



Festival de Burger		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Burger Vegano com Cogumelos (Burger Mandioquinha)*		921	46	97	32	13	17	54	98	8	35	0	(**)	10	39	1637	68
X Salada Vegano (Grão de Bico)*		1116	56	112	37	25	33	64	116	12	55	0	(**)	15	59	1761	73
Xburger Artesanal*		1350	68	57	19	60	79	82	150	32	146	0	(**)	4	18	1310	55
* acompanha batata doce chips e maionese vegana																	
Saladas completas		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Salada Caesar (peito de frango grelhado, alface, parmesão, croutons integrais e molho de iogurte)		356	18	16	5	33	44	13	24	6	29	0	(**)	5	20	888	37
Salada Verão (Folhas Mistas, Molho De Iogurte, Pepino Japonês, Morango, Grão de Bico, Mix Batata Doce Chips, Cebola Roxa, Molho Mostarda e Gergelim Torrado)		403	20	44	15	11	15	21	38	5	24	0	(**)	8	31	257	11
Salada de Queijo de Cabra		721	36	20	7	18	24	63	115	18	80	0	(**)	3	12	1023	43
Saladinha (mix de folhas e tomate)		10	1	2	1	1	1	0	0	0	0	0	(**)	1	4	3	0
Salada Caesar de Salmão (salmão grelhado, alface, parmesão, croutons integrais e molho de iogurte)		770	38	14	5	61	82	51	92	13	59	0	(**)	3	12	824	34
Sopas Veganas		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Creme de Legumes		243	12	40	13	5	6	10	17	2	8	0	(**)	6	23	1104	46
Creme de Grão de Bico com Brócolis		247	12	42	14	11	14	7	13	1	5	0	(**)	8	32	72	3
Creme de Mandioquinha com Alho Poró		308	15	68	23	4	5	3	5	0	2	0	(**)	5	20	371	15
Massas		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Crepe Integral		160	8	25	8	6	8	4	7	1	6	0	(**)	3	13	297	12
Crepe (sem trigo, porém não é isento de glúten)		157	8	27	9	4	6	3	6	1	6	0	(**)	0	0	306	13
Crepioca		229	11	47	16	4	5	1	2	0	2	0	(**)	0	1	194	8
Panqueca Integral (molho sugo)		368	18	26	9	18	24	17	32	10	44	0	(**)	3	13	880	37
Panqueca ao Molho Sugo (molho sugo)		365	18	28	9	16	22	17	31	10	44	0	(**)	0	0	889	37
Wrap integral		135	7	23	8	4	5	0	0	0	0	0	(**)	2	8	242	10
Queijos		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Muçarela		330	17	3	1	23	30	25	46	14	65	0	(**)	0	0	581	24
Muçarela de Búfala		293	15	3	1	21	28	24	44	16	73	0	(**)	0	0	400	17
Parmesão 30g		136	7	1	0	11	14	10	18	6	27	0	(**)	0	0	553	23
Queijo Branco 40g		106	5	1	0	7	9	8	15	5	21	0	(**)	0	0	12	1
Cream Cheese 60g		168	8	2	1	3	4	16	29	10	46	0	(**)	0	0	246	10
Requeijão Cremoso 60g		158	8	2	1	6	8	14	25	9	41	0	(**)	0	0	362	15
Recheios		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Abobrinha 100g		19	1	4	1	1	1	0	0	0	0	0	(**)	1	6	0	0
Filé Mignon Tiras 100g		220	11	0	0	33	44	9	16	0	0	0	(**)	0	0	258	11
Frango Desfiado 100g		163	8	0	0	32	42	3	6	1	5	0	(**)	0	0	435	18
Salmão Grelhado 180g		437	22	0	0	47	63	26	47	6	29	0	(**)	0	0	373	16
Shimeji e Shitake 80g		45	2	5	2	3	4	2	3	0	1	0	(**)	1	5	216	9
Salada		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Agrião 20g		3	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	(**)	0	2	1	0
Alface 30g		3	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	1	2	0
Alho Poró		5	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	2	0	0
Cenoura 30g		9	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	(**)	1	3	2	0
Couve Manteiga 20g		5	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	(**)	1	2	1	0
Milho 40g		98	39	17	7	3	1	2	1	0	0	0	(**)	5	2	260	104
Rúcula 20g		7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	1	2	0
Tomate 50g		8	0	2	1	1	1	0	0	0	0	0	(**)	1	2	1	0
Molhos e Temperos		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Ervas: Cebolinha Fresca 3g		1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	0	0
Ervas: Orégano Seco 1g		3	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	2	0	0
Ervas: Salsinha Fresca 3g		1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	0	0
Ervas: Manjerição Fresco 3g		1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	0	0
Molho de Manga 30g		24	1	6	2	0	1	0	0	0	0	0	(**)	1	3	360	15
Molho de Mostarda Vegano 30g		61	3	8	3	0	0	3	6	0	2	0	(**)	0	1	335	14
Molho Tahine 30ml		62	3	0	0	1	1	6	11	1	3	0	(**)	1	3	766	32
Molho de iogurte com Hortelã 30g		88	4	1	0	1	1	9	17	2	7	0	(**)	0	1	67	3
Molho Pesto de Azeitonas Pretas 30g		92	5	2	1	1	2	9	17	2	9	0	(**)	1	3	207	9
Molho Pesto Tradicional 30g		149	7	1	0	3	4	6	11	4	16	0	(**)	1	2	116	5
Molho de Ervas 30g		170	8	1	0	0	1	19	34	3	13	0	(**)	0	2	75	3
Molho Maionese Vegana beGood 50g		354	18	0	0	0	0	40	73	4	17	0	(**)	0	0	266	11

Informação Nutricional



Grelhados	Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
	Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Filé de Frango	228	11	1	0	46	62	4	8	0	1	0	(**)	0	0	186	8
Filé de Tilápia	164	8	0	0	38	50	1	3	0	1	0	(**)	0	0	170	7
Filé Mignon	271	14	2	1	38	51	13	23	4	19	0	(**)	0	0	347	14
Salmão	292	15	0	0	40	53	14	25	2	10	0	(**)	0	0	478	20
Porções	Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
	Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Arroz 7 Grãos com Legumes	277	14	49	16	8	10	7	13	1	4	0	(**)	7	27	3	0
Espagete de Abobrinha	327	16	7	2	8	10	15	27	7	34	0	(**)	3	11	215	9
Legumes no Vapor	49	2	10	3	2	3	1	1	0	1	0	(**)	4	16	4	0
Refogado de Grão de Bico	89	4	11	4	4	5	4	7	1	3	0	(**)	2	9	778	32
Mix de Cogumelos	68	3	8	3	4	6	3	5	0	1	0	(**)	2	8	324	14
Purê de Batata Doce	190	10	33	11	1	1	6	11	1	4	0	(**)	0	1	339	14
Purê de Mandioquinha	173	9	29	10	5	7	8	14	4	20	0	(**)	3	10	621	26
Massas	Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
	Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Espagete Veggie	777	39	20	7	28	37	35	63	20	89	0	(**)	7	26	1230	51
Lasanha Vegetariana	928	46	179	60	33	44	9	16	2	10	0	(**)	5	20	910	38
Yakissoba Vegano	354	18	37	12	24	32	9	16	5	24	0	(**)	15	61	1475	61
Escondidinho Vegetariano	347	17	42	14	18	24	17	30	7	31	0	(**)	6	24	905	38
Raviole com Muçarela de Búfala	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Escondidinho da Casa	602	30	28	9	46	61	32	59	17	76	0	(**)	0	1	1517	63
Omeletes	Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
	Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Omelete Caprese	473	24	5	2	30	41	38	68	14	62	0	(**)	1	4	471	20
Omelete de Abobrinha	491	25	6	2	32	42	35	63	12	55	0	(**)	2	6	793	33
Omelete de Cogumelos	475	24	9	3	31	41	34	62	11	49	0	(**)	2	8	677	28
Omelete de Frango	452	23	3	1	38	50	31	56	10	45	0	(**)	0	1	600	25
Crepes Doces	Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
	Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Nutella com morango ou banana	667	33	93	31	6	8	28	51	16	74	0	(**)	2	9	165	7
Mini Crepes Doces com Calda de Frutas Vermelhas	466	23	72	24	9	12	17	31	8	39	0	(**)	3	13	361	15
Sucos Funcionais (360ml)	Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
	Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Açaí	158	8	7	2	0	0	14	26	0	0	0	(**)	22	87	13	1
Açaí Diet	131	7	18	6	2	2	6	11	2	10	0	(**)	23	92	2	0
Acimação	77	4	16	5	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	40	2
Água Rasa	115	6	24	8	0	0	0	0	0	0	0	(**)	2	8	56	2
Belém	113	6	27	9	2	3	0	1	11	52	0	(**)	1	4	3	0
Brás	100	5	24	8	3	3	0	1	11	52	0	(**)	2	6	8	0
Cambuci	222	11	55	18	1	1	1	2	0	0	0	(**)	3	11	0	0
Camé	214	11	47	16	2	3	0	1	0	0	0	(**)	1	5	12	1
Ipiranga	142	7	32	11	2	2	1	1	0	0	0	(**)	4	15	71	3
Jumana	172	9	31	10	12	16	1	1	0	0	0	(**)	4	16	24	1
Juventus	109	5	25	8	3	4	0	1	0	0	0	(**)	3	13	17	1
Mooca	111	6	27	9	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	55	2
Oratório	218	11	46	15	3	4	1	2	0	0	0	(**)	0	2	0	0
Paes de Barros	226	11	57	19	4	5	1	1	11	52	0	(**)	6	23	224	9
Pitaya Tropical	258	13	60	20	1	1	0	0	0	0	0	(**)	0	0	190	8
Sapopemba	134	7	2	1	1	2	0	0	0	0	0	(**)	2	6	3	0
Saúde	260	13	47	16	4	5	9	17	0	0	0	(**)	7	28	12	0
Tabajaras	162	8	18	6	1	2	10	18	0	0	0	(**)	16	64	9	0
Tabajaras (Açaí Diet)	144	7	25	8	2	3	5	8	1	7	0	(**)	17	67	2	0
Tatuapé	161	8	19	6	0	1	10	17	0	0	0	(**)	15	60	16	1
Sucos Tradicionais Sem Açúcar (360 ml)	Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
	Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Abacaxi	115	6	29	10	2	3	0	0	0	0	0	(**)	2	10	22	1
Acerola	27	1	4	1	1	1	1	1	0	0	0	(**)	2	8	4	0
Amora	53	3	12	4	2	2	0	1	0	0	0	(**)	1	4	2	0
Banana	280	14	62	21	6	7	3	6	2	9	0	(**)	4	15	53	2
Cajú	78	4	20	7	1	2	0	0	0	0	0	(**)	3	10	0	0
Framboesa	57	3	13	4	1	2	1	1	0	0	0	(**)	4	16	0	0
Laranja	129	6	30	10	2	3	0	0	0	0	0	(**)	1	4	0	0
Limão	24	1	7	2	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	24	1
Maçã	106	5	29	10	0	0	0	0	0	0	0	(**)	2	10	0	0
Manga	90	4	23	8	0	0	0	0	0	0	0	(**)	1	5	0	0
Maracujá	27	1	5	2	1	1	1	1	0	0	0	(**)	0	2	0	0
Melancia	79	4	19	6	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	38	2
Melão	50	3	12	4	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	30	1
Morango	49	2	12	4	1	1	0	1	0	0	0	(**)	2	7	44	2
Tangerina	180	9	44	15	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	0	0
Uva Verde	129	6	32	11	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	0	0

Informação Nutricional



Vitaminas e Sucos Especiais (360 ml)		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Energético		199	10	25	8	1	1	11	20	0	0	0	(**)	17	67	27	1
Vila Diva		242	12	56	19	4	5	1	1	0	1	0	(**)	4	16	13	1
Vila Prudente		316	16	58	19	9	13	6	11	4	16	0	(**)	4	14	141	6
Vila Zelina		262	13	53	18	4	5	5	9	1	5	0	(**)	3	14	83	3
Bebidas		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Água de Coco Natural		66	3	16	5	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	1	6	0
Água Mineral		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	1	0
Sobremesas (1 unidade) 350g		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Mix de Verão com Iogurte e Mel		295	15	42	14	7	10	4	8	1	5	0	(**)	3	13	67	3
Salada de Frutas		225	11	58	19	2	3	0	0	0	0	0	(**)	4	17	39	2
Saladinha de Frutas		53	3	12	4	2	2	1	1	0	0	0	(**)	3	12	0	0
Cremes de Frutas (350g pequeno 450g grande)		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Coco com Leite Condensado Grande		1694	85	84	28	20	27	154	279	109	496	0	(**)	19	78	149	6
Coco com Leite Condensado Pequeno		1183	59	56	19	14	18	109	198	78	352	0	(**)	14	55	95	4
Frutas Vermelhas (iogurte e açúcar) Grande		426	21	99	33	7	9	3	6	2	7	0	(**)	13	52	54	2
Frutas Vermelhas (iogurte e açúcar) Pequeno		296	15	66	22	5	7	3	5	2	7	0	(**)	8	30	49	2
Manga com Leite Grande		256	13	55	18	5	7	4	6	2	10	0	(**)	5	21	53	2
Manga com Leite Pequeno		218	11	47	16	4	6	3	5	2	8	0	(**)	4	17	42	2
Morango com Leite Grande		324	16	71	24	5	7	4	7	2	9	0	(**)	0	0	53	2
Morango com Leite Pequeno		262	13	57	19	4	6	3	5	2	7	0	(**)	0	0	42	2
Papaya (mamão e sorvete de creme) Grande		399	20	65	22	8	10	13	24	8	37	0	(**)	3	10	150	6
Papaya (mamão e sorvete de creme) Pequeno		287	14	47	16	6	8	9	17	6	26	0	(**)	2	8	107	4
Pitaya Tropical Grande		390	20	90	30	1	1	0	0	0	1	**	**	1	4	153	6
Pitaya Tropical Pequeno		311	16	72	24	0	1	0	0	0	0	**	**	1	3	118	5
Açaí na Tigela (1 unidade)		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Pequeno Diet		204	10	27	9	2	3	10	18	3	16	0	(**)	36	143	4	0
Pequeno		245	12	11	4	0	0	22	40	0	0	0	(**)	34	136	20	1
Grande Diet		262	13	35	12	3	4	13	23	4	20	0	(**)	46	184	5	0
Grande		315	16	14	5	0	0	28	52	0	0	0	(**)	44	175	26	1
Complementos (1 porção)		Energia		Carbo		Prot		Gord Tot		Gord Sat		Gord Trans		Fibra		Sódio	
		Kcal	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
Aveia (10g)		35	2	6	2	1	2	1	1	0	1	0	(**)	1	4	0	0
Banana Picada (150g)		138	7	36	12	2	3	0	0	0	0	0	(**)	3	12	0	0
Castanha de Cajú (20g)		120	6	6	2	4	5	10	18	2	9	0	(**)	0	0	0	0
Colágeno (10g)		36	2	0	0	9	12	0	0	0	0	0	(**)	0	0	52	2
Granola Doce		125	6	20	7	3	3	3	5	1	6	0	(**)	2	10	0	0
Iogurte Natural		34	2	3	1	2	3	2	3	1	4	(**)	(**)	0	0	31	1
Leite Condensado (50g)		163	8	28	9	4	5	4	7	3	13	0	(**)	0	0	45	2
Leite em pó (15g)		133	7	13	4	9	12	5	9	1	3	0	(**)	0	0	11	0
Mel (40g)		80	4	16	5	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	0	0
Pó de Guaraná (15g)		11	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(**)	0	0	90	4
Sorvete de Creme (2 bolas)		174	9	26	9	3	3	7	13	2	8	0	(**)	0	0	38	2
Whey Protein		60	3	8	3	6	8	0	1	0	0	0	(**)	0	0	19	1

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000Kcal. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo das suas necessidades energéticas.

(**) VD não estabelecido.