

# INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

TUDO O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE OS PRODUTOS PRA LÁ DE BOM - SEM GLÚTEN. DESCUBRA O PODER DA NUTRIÇÃO CONSCIENTE E DELICIOSOS SABORES LIVRES DE GLÚTEN, LACTOSE, LEITE E SOJA, COM OPÇÕES ZERO AÇÚCAR E ADOÇADAS COM AÇÚCAR DE COCO. ESTE MANUAL É O SEU GUIA PARA UMA VIDA SAUDÁVEL E CHEIA DE SABOR. DESFRUTE DE CADA MORDIDA COM CONFIANÇA E BEM-ESTAR!



PRA·LÁ·DE·BOM  
SEM GLÚTEN

# KIT FESTA



## Coxinha

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção: 125g – 2 unidades

	125g	% VD
Valor Energético (Kcal)	166kcal = 694kJ	8,3
Carboidratos (g)	16g	5%
Açúcares Totais (g)	0g	0%
Açúcares Adicionados (g)	0g	0%
Proteínas (g)	14g	18%
Gorduras Totais (g)	4,7g	9%
Gorduras Saturadas (g)	0,7g	3%
Gorduras Trans (g)	0g	0%
Fibras Alimentares (g)	1,2g	5%
Sódio (mg)	186mg	8%

\*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: caldo de galinha caseiro; peito de frango; abóbora; farinha de arroz integral; cebola; farinha multiuso (amido de milho, farinha de arroz, fibras de vegetais de psyllium e bambu, farinha de arroz integral, farinha de lentilhas, dextrose, espessantes: hidroxipropilmetilcelulose e sal); farinha de amêndoas; linhaça dourada; alho poró; azeite. Alho.

Ervas frescas; sal marinho; pimenta vermelha e noz moscada.

**ALÉRGICOS: CONTÉM AMÊNDOAS. CONTÉM OVOS. CONTÉM DERIVADOS DE NOZ-PECÁ. PODE CONTER AMENDOIM. PODE CONTER AVELÁ. PODE CONTER CASTANHAS. PODE CONTER NOZES. PODE CONTER DERIVADOS DE SOJA. NÃO CONTÉM GLÚTEN. NÃO CONTEM LEITE.**

Não contém quantidades significativas de: Açúcares totais, Açúcares adicionados e Gorduras trans.

Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Moema – CNPJ: 32.390.075/0001- 12  
Endereço: Avenida Aratãs, 262.

Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Santana – CNPJ: 12.085.505/0001-85  
Endereço: Rua Augusto Tolle, 588.

## Esfiha Vegana Low Carb

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção: 65g – 2 unidades

	65g	% VD
Valor Energético (Kcal)	142kcal = 595kJ	7,4
Carboidratos (g)	14g	5%
Açúcares Totais (g)	0g	0%
Açúcares Adicionados (g)	0g	0%
Proteínas (g)	7,4g	13%
Gorduras Totais (g)	0g	1%
Gorduras Saturadas (g)	0g	0%
Gorduras Trans (g)	1,6g	7%
Fibras Alimentares (g)	75mg	3%
Sódio (mg)	7,4g	13%

\*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: cebola; caldo de legumes caseiro; farinha de amêndoas; painço em grãos; semente de girassol; linhaça dourada; azeite; nutri yeast flakes; psyllium; zathar; noz moscada; páprica defumada; pimenta do reino; sal marinho; gergelim branco e preto. **ALÉRGICOS: CONTÉM AMÊNDOAS. CONTÉM DERIVADOS DE NOZ-PECÁ. PODE CONTER AMENDOIM. PODE CONTER AVELÁ. PODE CONTER CASTANHAS. PODE CONTER NOZES. NÃO CONTÉM GLÚTEN. NÃO CONTEM LEITE.**



Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Moema – CNPJ: 32.390.075/0001- 12  
Endereço: Avenida Aratãs, 262.

Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Santana – CNPJ: 12.085.505/0001-85  
Endereço: Rua Augusto Tolle, 588.

## Mini Quiche Lorraine

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção: 50g – 2 unidades

	50g	% VD
Valor Energético (Kcal)	127kcal = 530kJ	6,34
Carboidratos (g)	10g	3%
Açúcares Totais (g)	0g	0%
Açúcares Adicionados (g)	0g	0%
Proteínas (g)	2,3g	3%
Gorduras Totais (g)	13g	24%
Gorduras Saturadas (g)	5,8g	26%
Gorduras Trans (g)	0g	0%
Fibras Alimentares (g)	0g	1%
Sódio (mg)	195mg	8%

\*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: creme de leite sem lactose; ovo orgânico; queijo gryné; farinha multiuso (amido de milho, farinha de arroz, fibras de vegetais de psyllium e bambu, farinha de arroz integral, farinha de lentilhas, dextrose, espessante: hidroxipropilmetilcelulose e sal); mix de farinha sem glúten (farinha de arroz branco, farinha de arroz integral, fécula de batata, farinha de sarraceno, liga neutra(açúcar, estabilizantes: goma guar, carboximetilcelulose e goma xantana) e pectina); manteiga; bacon e sal marinho. **ALÉRGICOS: CONTÉM OVO, LEITE E DERIVADOS DE LEITE. NÃO CONTÉM GLÚTEN**

Não contém quantidades significativas de: Açúcares totais, Açúcares adicionados e Gorduras trans.

Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Moema – CNPJ: 32.390.075/0001- 12  
Endereço: Avenida Aratãs, 262.

Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Santana – CNPJ: 12.085.505/0001-85  
Endereço: Rua Augusto Tolle, 588.

## Mini Quiche Alho Poró

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção: 50g – 2 unidades

	50g	% VD
Valor Energético (Kcal)	127kcal = 530kJ	6,34
Carboidratos (g)	10g	3%
Açúcares Totais (g)	0g	0%
Açúcares Adicionados (g)	0g	0%
Proteínas (g)	2,3g	3%
Gorduras Totais (g)	8,5g	16%
Gorduras Saturadas (g)	3,1g	14%
Gorduras Trans (g)	0g	0%
Fibras Alimentares (g)	0g	2%
Sódio (mg)	106mg	4%

\*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: ovo orgânico; creme de leite sem lactose; alho poró, farinha multiuso (amido de milho, farinha de arroz, fibras de vegetais de psyllium e bambu, farinha de arroz integral, farinha de lentilhas, dextrose, espessante: hidroxipropilmetilcelulose e sal); mix de farinha sem glúten (farinha de arroz branco, farinha de arroz integral, fécula de batata, farinha de sarraceno, liga neutra(açúcar, estabilizantes: goma guar, carboximetilcelulose e goma xantana) e pectina); cebola; manteiga; farinha de moti; farinha de amaranto; salsinha; cebolinha; azeite; sal marinho e noz moscada.

**CONTÉM OVO, LEITE E DERIVADOS DE LEITE. NÃO CONTÉM GLÚTEN**

Não contém quantidades significativas de: Açúcares totais, Açúcares adicionados e Gorduras trans.

Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Moema – CNPJ: 32.390.075/0001- 12  
Endereço: Avenida Aratãs, 262.

Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Santana – CNPJ: 12.085.505/0001-85  
Endereço: Rua Augusto Tolle, 588.

## SABOROSOS E NUTRITIVOS

PÃES | BOLOS | DOCINHOS | TORTAS DOCES | SALGADOS | TORTAS SALGADAS  
KIT FESTA | BABY | MASSA DE PIZZA E FOCACCIA | LANCHES | PÁSCOA | PANETONES

# Empada de Palmito

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção: 110g (2 unidades)

	110g	% VD
Valor Energético (Kcal)	225kcal = 941kJ	11,2
Carboidratos (g)	26g	9%
Açúcares Totais (g)	0g	0%
Açúcares Adicionados (g)	0g	0%
Proteínas (g)	3,8g	5%
Gorduras Totais (g)	12g	21%
Gorduras Saturadas (g)	5,3g	24%
Gorduras Trans (g)	0g	0%
Fibras Alimentares (g)	1,9g	8%
Sódio (mg)	288mg	12%

\*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: farinha multiuso (amido de milho, farinha de arroz, fibras de vegetais de psyllium e bambu, farinha de arroz integral, farinha de lentilhas, dextrose, espessantes: hidroxipropilmetilcelulose e sal), mix de farinha sem glúten (farinha de arroz branco, farinha de arroz integral, fécula de batata, farinha de sarraceno, liga neutra{açúcar, estabilizantes: goma guar, carboximetilcelulose e goma xantana} e pectina); farinha de amaranto, polvilho doce, sal marinho, manteiga de coco, azeite, água, ovos, vinagre de maçã, palmito e castanha de caju. **ALÉRGICOS: CONTÉM AMÊNDOAS. CONTÉM OVOS. CONTÉM DERIVADOS DE NOZ-PECÁ. PODE CONTER AMENDOIM. PODE CONTER AVELÁ. PODE CONTER CASTANHAS. PODE CONTER NOZES. PODE CONTER DERIVADOS DE SOJA. NÃO CONTÉM GLÚTEN. NÃO CONTEM LEITE.**

Não contém quantidades significativas de: Açúcares totais, Açúcares adicionados e Gorduras trans.

Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Moema – CNPJ: 32.390.075/0001-12

Endereço: Avenida Aratãs, 262.

Produzido: Pra Lá de Bom - Unidade Santana – CNPJ: 12.085.505/0001-85

Endereço: Rua Augusto Tolle, 588.

## SABOROSOS E NUTRITIVOS

PÃES | BOLOS | DOCINHOS | TORTAS DOCES | SALGADOS | TORTAS SALGADAS  
KIT FESTA | BABY | MASSA DE PIZZA E FOCACCIA | LANCHES | PÁSCOA | PANETONES



PRA·LÁ·DE·BOM  
SEM GLÚTEN



**LOJA SANTANA:**

RUA AUGUSTO TOLLE, 588

**LOJA MOEMA:**

AV. ARATÃS, 262