

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

TORTAS SALGADAS



Torta de Frango

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL | | |
|--------------------------|-----------------|------|
| Porção: 50g – 1 fatia | | |
| | 50g | % VD |
| Valor Energético (Kcal) | 128kcal = 534kJ | 6,39 |
| Carboidratos (g) | 11g | 4% |
| Açúcares Totais (g) | 0g | 0% |
| Açúcares Adicionados (g) | 0g | 0% |
| Proteínas (g) | 6,3g | 8% |
| Gorduras Totais (g) | 6,2g | 11% |
| Gorduras Saturadas (g) | 2,2g | 10% |
| Gorduras Trans (g) | 0g | 0% |
| Fibras Alimentares (g) | 0g | 2% |
| Sódio (mg) | 102mg | 4% |

*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: peite de frango; 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); tomate; ovo orgânico; castanha de caju; azeite; cebola; água; manteiga de coco; alho poró; farinha de amaranto; polvilho doce; alho; cebolinha. Vinagre de maçã; sal marinho; salsinha; pimenta vermelha; noz moscada e ervas frescas. **ALÉRGICOS: CONTÉM OVO. CONTÉM CASTANHA DE CAJU. NÃO CONTÉM GLÚTEN. NÃO CONTÉM 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.

Torta de Frango Low Carb

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL | | |
|--------------------------|---------|------|
| Porção: 50g – 1 fatia | | |
| | 50g | % VD |
| Valor Energético (Kcal) | 161kcal | 8 |
| Carboidratos (g) | 4,4g | 1% |
| Açúcares Totais (g) | 0,7g | 0% |
| Açúcares Adicionados (g) | 0g | 0% |
| Proteínas (g) | 11g | 22% |
| Gorduras Totais (g) | 11g | 17% |
| Gorduras Saturadas (g) | 1,9g | 10% |
| Gorduras Trans (g) | 0g | 0% |
| Fibras Alimentares (g) | 1,6g | 6% |
| Sódio (mg) | 55mg | 3% |

*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: peite de frango; farinha de amêndoa; girassol; farinha de linhaça dourada, gergelim; tomate; ovo orgânico; castanha de caju; azeite; cebola; água; manteiga de coco; alho poró; farinha de amaranto; polvilho doce; alho; cebolinha. Vinagre de maçã; sal marinho; salsinha; pimenta vermelha; noz moscada e ervas frescas. **ALÉRGICOS: CONTÉM OVO. CONTÉM CASTANHA DE CAJU. NÃO CONTÉM GLÚTEN. NÃO CONTÉM 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.

Torta de Palmito

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL | | |
|--------------------------|-----------------|------|
| Porção: 50g – 1 fatia | | |
| | 50g | % VD |
| Valor Energético (Kcal) | 100kcal = 420kJ | 5,02 |
| Carboidratos (g) | 12g | 4% |
| Açúcares Totais (g) | 0g | 0% |
| Açúcares Adicionados (g) | 0g | 0% |
| Proteínas (g) | 1,8g | 2% |
| Gorduras Totais (g) | 5,2g | 9% |
| Gorduras Saturadas (g) | 1,9g | 9% |
| Gorduras Trans (g) | 0g | 0% |
| Fibras Alimentares (g) | 0,9g | 3% |
| Sódio (mg) | 138mg | 6% |

*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: palmito; tomate; 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; ovo orgânico; castanha de caju; azeite; água; manteiga de coco; farinha de amaranto; polvilho doce; alho poró; cebolinha; salsinha; vinagre de maçã; sal marinho e noz moscadas. **CONTÉM OVO E CASTANHA DE CAJU. NÃO CONTÉM GLÚTEN. NÃO CONTÉM 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.

Torta de Palmito Low Carb

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL | | |
|--------------------------|-----------------|------|
| Porção: 50g – 1 fatia | | |
| | 50g | % VD |
| Valor Energético (Kcal) | 128kcal = 420kJ | 6 |
| Carboidratos (g) | 12g | 4% |
| Açúcares Totais (g) | 6g | 0% |
| Açúcares Adicionados (g) | 0g | 0% |
| Proteínas (g) | 3,8g | 8% |
| Gorduras Totais (g) | 7,2g | 11% |
| Gorduras Saturadas (g) | 1,2g | 6% |
| Gorduras Trans (g) | 0g | 0% |
| Fibras Alimentares (g) | 1,5g | 6% |
| Sódio (mg) | 31mg | 2% |

*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: palmito; tomate; farinha de amêndoa; girassol; farinha de linhaça dourada, gergelim; cebola; ovo orgânico; castanha de caju; azeite; água; manteiga de coco; farinha de amaranto; polvilho doce; alho poró; cebolinha; salsinha; vinagre de maçã; sal marinho e noz moscadas. **CONTÉM OVO E CASTANHA DE CAJU. NÃO CONTÉM GLÚTEN. NÃO CONTÉM 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

Quiche Lorraine

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção: 50g – 1 fatia

| | 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 grynê; 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.

Quiche Alho Poró

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção: 50g – 1 unidade

| | 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.

Quiche Mix de Cogumelos

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção: 50g – 1 fatia

| | 50g | % VD |
|--------------------------|-----------------|------|
| Valor Energético (Kcal) | 129kcal = 530kJ | 6,44 |
| Carboidratos (g) | 9,4g | 3% |
| Açúcares Totais (g) | 0g | 0% |
| Açúcares Adicionados (g) | 0g | 0% |
| Proteínas (g) | 2,4g | 3% |
| Gorduras Totais (g) | 9,1g | 17% |
| Gorduras Saturadas (g) | 3,6g | 17% |
| Gorduras Trans (g) | 0g | 0% |
| Fibras Alimentares (g) | 0,6g | 2% |
| Sódio (mg) | 98mg | 4% |

*Percentual de valores diários fornecidos pela porção.

Ingredientes: ovo orgânico; cogumelo paris; portobelo; shimeji; shitake. 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; farinha de amaranto, fécula de arroz moti; cebolinha; cogumelo seco em pó; sal marinho e noz moscada. **ALÉRGICOS: CONTÉM OVO. PODE CONTÉM CASTANHAS. NÃO CONTÉM GLÚTEN. NÃO CONTÉM 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