

peso,
uma questão de peso

Paula Veloso e Teresa Maia

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Vit. C	Teor sumo	
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)	(%)	
Compal Light												
Compal Light Ananás/Côco	100 ml	21	0,2	5,1	4,2	0,1	0,0	<0,1	0,0	NM	42%	
Compal Light Laranja/Papaia	100 ml	17	0,1	4,2	4,0	0,1	0,0	<0,1	0,0	NM	42%	
Compal Light Manga/Laranja	100 ml	19	0,3	5,4	4,1	0,1	0,0	<0,1	0,0	NM	45%	
Compal Light Melancia/Morango	100 ml	12	0,2	2,9	2,1	<0,01	<0,01	<0,2	0,0	NM	33%	
Compal Light Morango/Maçã	100 ml	17	0,2	4,0	4,0	<0,1	0,0	<0,1	0,0	NM	45%	
Compal Light Tropical/Cenoura	100 ml	14	0,2	3,2	3,2	0,1	0,0	<0,1	0,0	NM	25%	
Compal Vital AntiOx											Polifenóis(mg)	
Compal Vital AntiOx Amora e Chá Vermelho	100 ml	14	0,2	3,2	2,9	<0,1	0,0	0,4	0,0	NM	30%	130
Compal Vital AntiOx Framboesa	100 ml	21	0,2	4,6	4,5	0,01	0,0	0,8	0,0	NM	50%	70
Compal Vital AntiOx Frutos Vermelhos	100 ml	18	0,1	4,3	4,1	<0,1	0,0	<0,1	0,0	NM	40%	98
Compal Vital AntiOx Laranja Cenoura Manga	100 ml	21	0,3	4,8	4,5	0,03	0,0	0,3	0,1	NM	40%	50
Compal Vital AntiOx Laranja e Maracujá	100 ml	14	0,3	3,3	2,5	<0,1	0,0	<0,1	0,0	24	38%	45
Compal Vital AntiOx Romã e Chá Verde	100 ml	11	0,1	2,6	2,3	<0,1	0,0	<0,1	0,0	NM	20%	150
Compal Vital AntiOx Sumo Tomate	100 ml	19	0,9	3,6	2,4	0,1	0,0	<0,1	0,6	NM	100%	80
Parmalat												
Active Drink												
Parmalat - Citrinos	100 ml	21	0,1	4,8	4,8	0,1	0,0	0,1	0,0	12	20%	
Parmalat - Frutos Tropicais	100 ml	19	0,1	4,3	4,3	0,1	0,0	0,1	0,0	15	20%	
Parmalat - Laranja/cenoura	100 ml	19	0,1	4,4	4,4	0,1	0,0	0,1	0,0	15	20%	
Parmalat - Manga/cenoura	100 ml	22	0,1	5,2	5,2	0,1	0,0	0,1	0,0	15	20%	

peso,
uma questão de peso

Paula Veloso e Teresa Maia

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Vit. C	Teor sumo
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)	(%)
Santal Light											
Santal - Exótico	100 ml	21	0,1	5,0	5,0	0,1	0,0	0,2	0,0	15	50%
Santal - Laranja	100 ml	20	0,3	4,5	4,5	0,1	0,0	0,1	0,0	15	50%
Santal - Laranja/manga	100 ml	19	0,1	4,4	4,4	0,1	0,0	0,1	0,0	15	48%
Santal - Pêssego	100 ml	21	0,2	4,7	4,7	0,1	0,0	0,6	0,0	NM	50%
Outros											
Frutis Natura Laranja/Manga light	100 ml	23	0,3	5,2	NM	0,07	NM	NM	NM	30	50%
Marcas Brancas											
Continente - Multifrutos	100 ml	23	0,2	5,6	5,1	0,0	0,0	0,1	0,0	12	50%
Continente - Manga Laranja	100 ml	26	0,2	6,0	5,0	0,1	0,0	0,1	0,0	NM	45%
Continente - Morango e Maçã	100 ml	17	0,2	4,0	4,0	0,0	0,0	0,1	0,0	12	NM
DIA - Maçã/Morango	100 ml	22	0,2	5,3	5,3	<0,05	<0,01	0,8	0,0	6mg	NM
DIA - Ananás/Coco	100 ml	27	0,3	6,1	5,8	0,1	0,0	0,1	0,0	9mg	NM
DIA - Tropical Cenoura	100 ml	24	0,4	5,4	5,4	0,1	0,0	0,3	0,0	9mg	NM
Pingo Doce Nectaríssimo - Frutos tropicais	100 ml	23	0,2	5,5	5,5	0,0	0,0	0,1	0,0	30	50%
Pingo Doce Nectaríssimo - Pêssego	100 ml	18	0,2	4,3	4,3	<0,1	<0,1	0,1	0,0	30	50%

NM - Não Menciona