

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
<b>Sólidos</b>										
<b>Danone</b>										
Activia Aroma Ananás	100 g	88	3,0	11,5	11,5	3,0	2,1	0,0	0,13	114
	Porção 120 g	106	3,6	13,8	13,8	3,6	2,5	0,0	0,15	137
Activia Aroma Côco	100 g	88	3,0	11,6	11,6	3,0	2,1	0,0	0,13	114
	Porção 120 g	106	3,6	13,9	13,9	3,6	2,5	0,0	0,15	137
Activia Aroma Frutos Silvestres	100 g	88	3,0	11,5	11,5	3,0	2,1	0,0	0,13	114
	Porção 120 g	106	3,6	13,8	13,8	3,6	2,5	0,0	0,15	137
Activia Aroma Morango	100 g	88	3,0	11,6	11,6	3,0	2,1	0,0	0,13	114
	Porção 120 g	106	3,6	13,9	13,9	3,6	2,5	0,0	0,15	137
Activia Aroma Pêssego	100 g	88	3,0	11,6	11,6	3,0	2,1	0,0	0,13	114
	Porção 120 g	106	3,6	13,9	13,9	3,6	2,5	0,0	0,15	137
Activia Aroma Tutti Frutti	100 g	88	3,0	11,6	11,6	3,0	2,1	0,0	0,13	114
	Porção 120 g	106	3,6	13,9	13,9	3,6	2,5	0,0	0,15	137
Activia Natural	100 g	64	3,1	3,5	3,5	3,8	2,6	0,0	0,13	112
	Porção 120 g	77	3,7	4,2	4,2	4,6	3,1	0,0	0,15	134

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
<b>Pedaços</b>										
Activia Break Cereais	100g	85	6,2	11,5	7,6	0,6	0,3	3,4	0,30	120
	Porção 180 g	153	11,2	20,7	13,7	1,1	0,5	6,1	0,5	216
Activia Break Cereais e Morangos	100g	111	4,5	16,7	11,2	2,9	1,8	0,7	0,10	119
	Porção 186 g	206	8,4	31,1	20,8	5,4	3,3	1,3	0,2	221
Activia Pedaçõs Aveia e Noz	100 g	116	3,2	15,3	14,2	3,9	2,3	2,0	0,10	108
	Porção 120 g	139	3,8	18,4	17,0	4,7	2,8	2,4	0,15	130
Activia Pedaçõs Cereais	100 g	102	3,1	13,6	12,8	3,4	2,4	0,9	0,10	106
	Porção 120 g	122	3,7	16,3	15,4	4,1	2,9	1,1	0,1	127
Activia Pedaçõs Coco Muesli	100 g	107	3,1	12,7	11,6	3,9	2,6	3,0	0,1	108
	Porção 120 g	128	3,7	15,2	13,9	4,7	3,1	3,6	0,2	130
Activia Pedaçõs Muesli	100 g	109	4,2	14,0	13,1	3,3	2,2	1,8	0,15	147
	Porção 120 g	131	5,0	16,8	15,7	4,0	2,6	2,2	0,2	176
Activia Polpa Frutos Silvestres	100 g	100	3,0	13,7	13,4	3,3	2,3	0,1	0,10	113
	Porção 120 g	120	3,6	16,4	16,1	4,0	2,8	0,1	0,12	136
Activia Polpa Maçã e Canela	100 g	96	2,9	13,1	12,9	3,2	2,2	0,3	0,10	108
	Porção 120 g	115	3,5	15,7	15,5	3,8	2,6	0,4	0,12	130

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
<b>Pedaços Magro</b>										
Activia 0% Ameixa	100 g	52	4,6	7,4	7,0	0,1	0,1	0,6	0,10	187
	Porção 120 g	62	5,5	8,9	8,4	0,1	0,1	0,7	0,12	224
Activia 0% Ananás	100 g	52	4,3	7,9	7,8	0,1	0,1	0,2	0,10	179
	Porção 120 g	62	5,2	9,5	9,4	0,1	0,1	0,2	0,12	215
Activia 0% Cereais e Fruta	100 g	60	4,5	8,9	8,0	0,1	0,1	1,3	0,10	181
	Porção 120 g	72	5,4	10,7	9,6	0,1	0,1	1,6	0,12	217
Activia 0% Frutos Silvestres	100 g	55	4,5	8,3	8,1	0,1	0,1	0,3	0,20	181
	Porção 120 g	66	5,4	10,0	9,7	0,1	0,1	0,4	0,24	217
Activia 0% Morango	100 g	43	4,6	4,9	4,9	0,3	0,2	0,0	0,15	153
	Porção 120 g	52	5,5	5,9	5,9	0,4	0,2	0,0	0,18	184
Activia 0% Tutti Frutti	100 g	43	4,6	4,9	4,9	0,3	0,2	0,0	0,15	153
	Porção 120 g	52	5,5	5,9	5,9	0,4	0,2	0,0	0,18	184
<b>Marcas Brancas</b>										
Continente - Bífido Natural	100 g	65	3,8	4,3	4,3	3,5	2,0	0,3	0,10	120
	Porção 125g	81	4,8	5,4	5,4	4,4	2,5	0,4	0,13	150
Continente - Bífido Soja	100 g	84	4,2	7,8	7,8	4,0	2,6	0,0	0,10	NM
	Porção 125g	105	5,3	9,8	9,8	5,0	3,3	0,0	0,13	NM
Dia - Bífido Morango	100g	45	4,5	5,8	5,5	0,1	0,1	1,2	0,13	NM
	Porção 125g	56	5,6	7,3	6,9	0,1	0,1	1,5	0,16	NM
Dia - Bífido Natural edulcorado	100g	37	4,0	4,9	4,9	0,1	0,1	0,0	0,13	NM
	Porção 125g	46	5,0	6,1	6,1	0,1	0,1	0,0	0,16	NM
Lidl proViact - Laranja	100g	84	2,5	15,0	15,0	1,6	1,1	0,1	0,13	NM
	Porção 125g	105	3,1	18,8	18,8	2,0	vest.	0,1	0,16	NM

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
Pingo Doce - Bifidus Magro Cereais	100g	59	4,4	8,8	8,8	0,3	0,2	1,7	0,15	140
	Porção 125g	74	5,5	11,0	11,0	0,4	vest.	2,1	0,19	175
Pingo Doce - Bifidus Magro Polpa Morango	100g	56	4,5	8,9	8,7	0,2	0,1	0,1	0,15	152
	Porção 125g	70	5,6	11,1	10,9	0,3	vest.	0,1	0,19	190
Pingo Doce - Bifidus Natural	100g	63	3,3	4,8	4,8	3,4	2,2	0,0	0,12	118
	Porção 125g	79	4,1	6,0	6,0	4,3	2,8	0,0	0,14	148
<b>Líquidos</b>										
<b>Adagio</b>										
Adagio Magro Maçã e Ananás	100g	31	2,8	4,8	4,0	0,1	0,0	1,1	0,13	118
	Porção 185 g	57	5,2	8,9	7,4	0,1	0,0	2,0	0,23	218
Adagio Magro Manga	100g	31	2,8	4,8	4,0	0,1	0,0	1,1	0,13	118
	Porção 185 g	57	5,2	8,9	7,4	0,1	0,0	2,0	0,23	218
Adagio Magro Morango e Melancia	100g	35	3,1	4,8	4,0	0,2	0,1	1,1	0,13	118
	Porção 185 g	65	5,7	8,9	7,4	0,3	0,2	2,0	0,23	218
<b>Danone</b>										
Activia Cereais	100 g	76	2,7	12,1	12,0	1,6	1,1	0,1	0,10	103
	Porção 160 g	122	4,3	19,4	19,2	2,6	1,8	0,2	0,16	165
Activia Coco e Cereais	100 g	78	2,7	12,2	12,0	1,7	1,2	0,1	0,10	103
	Porção 160 g	125	4,3	19,5	19,2	2,7	1,9	0,2	0,16	165
Activia Frutos Silvestres	100 g	82	2,7	13,5	13,5	1,6	1,1	0,1	0,10	104
	Porção 160 g	131	4,3	21,6	21,6	2,6	1,8	0,2	0,16	166
Activia Kiwi	100 g	80	2,7	12,8	12,7	1,6	1,1	0,5	0,10	103
	Porção 160 g	128	4,3	20,5	20,3	2,6	1,8	0,8	0,16	165

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
Activia Manga e Cereais	100 g	76	2,7	12,1	12,0	1,6	1,1	0,1	0,10	103
	Porção 160 g	122	4,3	19,4	19,2	2,6	1,8	0,2	0,16	165
Activia Morango	100 g	79	2,6	12,8	12,7	1,6	1,1	0,0	0,10	103
	Porção 160 g	126	4,2	20,5	20,3	2,6	1,8	0,0	0,16	165
Activia Smoothie Ananás	100 g	93	2,7	13,4	13,1	2,9	2,0	0,5	0,10	101
	Porção 160 g	149	4,3	21,4	21,0	4,6	3,2	0,8	0,16	162
Activia Smoothie Manga	100 g	94	2,7	13,3	13,1	2,9	2,0	0,6	0,10	101
	Porção 160 g	150	4,3	21,3	21,0	4,6	3,2	1,0	0,16	162
Activia Smoothie Morango	100 g	94	2,8	13,2	12,6	2,9	2,0	0,6	0,10	102
	Porção 160 g	150	4,5	21,1	20,2	4,6	3,2	1,0	0,16	163
<b>Líquidos Magros</b>										
Activia 0% Frutos Silvestres	100 g	40	2,6	6,1	4,3	0,3	0,2	0,7	0,10	104
	Porção 160 g	64	4,2	9,8	6,9	0,5	0,3	1,1	0,16	166
Activia 0% Kiwi e Cereais	100 g	41	2,6	6,2	4,3	0,3	0,2	0,8	0,10	104
	Porção 160 g	66	4,2	9,9	6,9	0,5	0,3	1,3	0,16	166
Activia 0% Lima Limão	100 g	40	2,6	6,0	4,3	0,3	0,2	0,7	0,10	104
	Porção 160 g	64	4,2	9,6	6,9	0,5	0,3	1,1	0,16	166
Activia 0% Morango	100 g	35	3,1	4,0	3,6	0,1	0,0	1,3	0,20	114
	Porção 160 g	56	5,0	6,4	5,8	0,1	0,0	2,1	0,32	182
Activia 0% Morango e Kiwi	100 g	40	2,6	6,1	4,3	0,3	0,2	0,7	0,10	104
	Porção 160 g	64	4,2	9,8	6,9	0,5	0,3	1,1	0,16	166
Activia 0% Pêssego/Maracujá	100 g	40	2,6	6,1	4,3	0,3	0,2	0,7	0,10	104
	Porção 160 g	64	4,2	9,8	6,9	0,5	0,3	1,1	0,16	166

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
<b>Mimosa</b>										
Mimosa - Magro Morango	100 ml	34	3,1	4,8	4,0	0,1	0,0	1,1	0,13	118
	Porção 185 ml	63	5,7	8,9	7,4	0,1	0,0	2,0	0,23	218
Mimosa - Magro Pêssego e Maracujá	100 ml	34	3,1	4,8	4,0	0,1	0,0	1,1	0,13	118
	Porção 185 ml	63	5,7	8,9	7,4	0,1	0,0	2,0	0,23	218
<b>SoNatural</b>										
SoNatural - Bifidus Frutos Vermelhos	100 g	88	2,7	13,0	NM	2,7	NM	NM	NM	121
	Porção 200 g	176	5,4	26,0	NM	5,4	NM	NM	NM	242
<b>Marcas Brancas</b>										
Continente - Morango	100 g	84	2,8	12,9	12,8	2,1	1,4	1,1	0,13	NM
	Porção 180 g	151	5,0	23,2	23,0	3,8	2,5	2,0	0,23	NM
Continente - Morango Magro	100 g	33	3,3	4,1	3,8	0,2	0,1	1,0	0,13	NM
	Porção 180 g	59	5,9	7,4	6,8	0,4	0,2	1,8	0,23	NM
DIA - Fibras	100 g	77	2,8	12,5	10,0	1,4	0,9	1,4	0,10	120
	Porção 180 g	139	5,0	22,5	18,0	2,5	1,6	2,5	0,18	216
DIA - Laranja/Cenoura e Manga - Magro	100 g	31	3,1	4,4	NM	0,1	NM	NM	NM	NM
	Porção 180 g	56	5,6	7,9	NM	0,2	NM	NM	NM	NM
DIA - Morango - Magro	100 g	31	3,1	4,4	NM	0,1	NM	NM	NM	NM
	Porção 180 g	56	5,6	7,9	NM	0,2	NM	NM	NM	NM
DIA - Morango	100 g	80	2,7	14,2	NM	1,4	NM	NM	NM	NM
	Porção 180 g	144	4,9	25,6	NM	2,5	NM	NM	NM	NM
Pingo Doce - Cereais	100 g	77	2,7	13,0	13,0	1,5	0,9	0,2	0,10	101
	Porção 180 g	139	4,9	23,4	23,4	2,7	1,6	0,4	0,18	182
Pingo Doce - Polpa Morango	100 g	76	2,6	13,0	13,0	1,5	0,9	0,1	0,10	102
	Porção 180 g	137	4,7	23,4	23,4	2,7	1,6	0,2	0,18	184

NM - Não Menciona