

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
<b>Agros</b>										
Agros - Aroma Banana	100 g	80	3,5	13,3	NM	1,4	NM	NM	NM	130
	Porção 125 g	100	4,4	16,6	NM	1,8	NM	NM	NM	163
Agros - Aroma Côco	100 g	84	3,7	13,8	NM	1,5	NM	NM	NM	130
	Porção 125 g	105	4,6	17,3	NM	1,9	NM	NM	NM	163
<b>Danone</b>										
Danone Aroma Banana	100 g	91	3,1	12,0	12,0	3,1	2,2	0,0	0,13	118
	Porção 120 g	109	3,7	14,4	14,4	3,7	2,6	0,0	0,16	142
Danone Aroma Coco	100 g	91	3,1	12,0	12,0	3,1	2,2	0,0	0,13	118
	Porção 120 g	109	3,7	14,4	14,4	3,7	2,6	0,0	0,16	142
Danone Aroma Manga	100 g	91	3,1	12,0	12,0	3,1	2,2	0,0	0,13	118
	Porção 120 g	109	3,7	14,4	14,4	3,7	2,6	0,0	0,16	142
Danone Aroma Morango	100 g	91	3,1	12,0	12,0	3,1	2,2	0,0	0,13	118
	Porção 120 g	109	3,7	14,4	14,4	3,7	2,6	0,0	0,16	142
Danone Aroma Pêssego	100 g	91	3,1	12,0	12,0	3,1	2,2	0,0	0,13	118
	Porção 120 g	109	3,7	14,4	14,4	3,7	2,6	0,0	0,16	142
Danone Aroma Tutti Frutti	100 g	91	3,1	12,0	12,0	3,1	2,2	0,0	0,13	118
	Porção 120 g	109	3,7	14,4	14,4	3,7	2,6	0,0	0,16	142
Danone Original Aroma Morango	100 g	122	2,4	21,3	20,2	2,8	2,4	0,2	0,08	97
	Porção 135 g	165	3,2	28,8	27,3	3,8	3,2	0,3	0,10	131

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
<b>Emmi</b>										
Emmi Aloé Vera	100 g	80	3,5	14,0	NM	1,1	NM	NM	NM	NM
	Porção 150 g	120	5,3	21,0	NM	1,7	NM	NM	NM	NM
Emmi Suiss Yogurt - Manga	100 g	105	3,5	17,0	NM	2,5	NM	NM	NM	NM
	Porção 175 g	184	6,1	29,8	NM	4,4	NM	NM	NM	NM
Emmi Suiss Yogurt - Morango	100 g	101	3,5	16,0	NM	2,5	NM	NM	NM	NM
	Porção 175 g	177	6,1	28,0	NM	4,4	NM	NM	NM	NM
<b>Mimosa</b>										
Mimosa Banana	100 g	80	3,5	13,3	11,9	1,4	1,0	0,0	0,13	130
	Porção 125 g	100	4,4	16,6	14,9	1,8	1,3	0,0	0,16	163
Mimosa Cêco	100 g	80	3,5	13,3	11,9	1,4	1,0	0,0	0,13	130
	Porção 125 g	100	4,4	16,6	14,9	1,8	1,3	0,0	0,16	163
Mimosa Manga	100 g	80	3,5	13,3	11,9	1,4	1,0	0,0	0,13	130
	Porção 125 g	100	4,4	16,6	14,9	1,8	1,3	0,0	0,16	163
Mimosa Morango	100 g	80	3,5	13,3	11,9	1,4	1,0	0,0	0,13	130
	Porção 125 g	100	4,4	16,6	14,9	1,8	1,3	0,0	0,16	163
Mimosa Morango e kiwi	100 g	80	3,5	13,3	11,9	1,4	1,0	0,0	0,13	130
	Porção 125 g	100	4,4	16,6	14,9	1,8	1,3	0,0	0,16	163
Mimosa Tutti frutti	100 g	80	3,5	13,3	11,9	1,4	1,0	0,0	0,13	130
	Porção 125 g	100	4,4	16,6	14,9	1,8	1,3	0,0	0,16	163

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
<b>Nestlé</b>										
Nestlé - A Leiteira - Aroma Coco (Copo vidro)	100 g	102	3,5	13,9	13,7	3,6	2,4	0,0	0,03	131
	Porção 120 g	122	4,2	16,7	16,4	4,3	2,9	0,0	0,03	157
Nestlé - A Leiteira - Aroma Morango (Copo Vidro)	100 g	93	3,2	13,4	13,1	3,0	2,0	0,0	0,18	123
	Porção 120 g	112	3,8	16,1	15,7	3,6	2,4	0,0	0,21	148
Nestlé - Longa Vida - Banana	100 g	72	3,6	11,7	11,4	1,2	0,8	0,0	0,15	156
	Porção 120 g	86	4,3	14,0	13,7	1,4	0,9	0,0	0,18	187
Nestlé - Longa Vida - Coco	100 g	72	3,6	11,7	11,4	1,2	0,8	0,0	0,15	156
	Porção 120 g	86	4,3	14,0	13,7	1,4	0,9	0,0	0,18	187
Nestlé - Longa Vida - Morango	100 g	72	3,6	11,7	11,4	1,2	0,8	0,0	0,15	156
	Porção 120 g	86	4,3	14,0	13,7	1,4	0,9	0,0	0,18	187
Nestlé - Longa Vida - Tutti-Frutti	100 g	72	3,6	11,7	11,4	1,2	0,8	0,0	0,15	156
	Porção 120 g	86	4,3	14,0	13,7	1,4	0,9	0,0	0,18	187
<b>Yoplait</b>										
Yoplait - Aroma Alperce	100 g	45	3,8	3,7	3,7	1,1	0,7	0,0	0,15	120
	Porção 125 g	56	4,8	4,6	4,6	1,4	0,9	0,0	0,19	150
Yoplait - Aroma Baunilha	100 g	45	3,8	3,7	3,7	1,1	0,7	0,0	0,15	120
	Porção 125 g	56	4,8	4,6	4,6	1,4	0,9	0,0	0,19	150
Yoplait - Aroma Morango	100 g	45	3,8	3,7	3,7	1,1	0,7	0,0	0,15	120
	Porção 125 g	56	4,8	4,6	4,6	1,4	0,9	0,0	0,19	150

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
<b>Marcas Brancas</b>										
Auchan - Aroma Banana	100 g	79	3,6	12,7	12,7	1,5	0,9	0,0	0,15	127
	Porção 125 g	99	4,5	15,9	15,9	1,9	1,1	0,0	0,19	159
Auchan - Aroma Baunilha	100 g	79	3,6	12,7	12,7	1,5	0,9	0,0	0,15	127
	Porção 125 g	99	4,5	15,9	15,9	1,9	1,1	0,0	0,19	159
Auchan - Aroma Morango	100 g	79	3,6	12,7	12,7	1,5	0,9	0,0	0,15	127
	Porção 125 g	99	4,5	15,9	15,9	1,9	1,1	0,0	0,19	159
Auchan - Aroma Tutti-Frutti	100 g	79	3,6	12,7	12,7	1,5	0,9	0,0	0,15	127
	Porção 125 g	99	4,5	15,9	15,9	1,9	1,1	0,0	0,19	159
Continente - Aroma Ananás	100 g	88	3,0	14,3	12,9	1,9	1,2	0,6	0,10	125
	Porção 125 g	109	3,8	17,9	16,1	2,4	1,5	0,8	0,13	156
Continente - Aroma Banana	100 g	88	3,0	14,3	12,9	1,9	1,2	0,6	0,10	125
	Porção 125 g	109	3,8	17,9	16,1	2,4	1,5	0,8	0,13	156
Continente - Aroma Manga	100 g	88	3,0	14,3	12,9	1,9	1,2	0,6	0,10	125
	Porção 125 g	109	3,8	17,9	16,1	2,4	1,5	0,8	0,13	156
Continente - Aroma Morango	100 g	88	3,0	14,3	12,9	1,9	1,2	0,6	0,10	125
	Porção 125 g	109	3,8	17,9	16,1	2,4	1,5	0,8	0,13	156
Continente - Aroma Pêssego	100 g	88	3,0	14,3	12,9	1,9	1,2	0,6	0,10	125
	Porção 125 g	109	3,8	17,9	16,1	2,4	1,5	0,8	0,13	156
Continente - Aroma Tutti-Frutti	100 g	88	3,0	14,3	12,9	1,9	1,2	0,6	0,10	125
	Porção 125 g	109	3,8	17,9	16,1	2,4	1,5	0,8	0,13	156
DIA - Aroma Côco	100 g	86	3,2	13,9	NM	1,9	NM	NM	NM	NM
	Porção 125 g	108	4,0	17,4	NM	2,4	NM	NM	NM	NM
DIA - Aroma Manga	100 g	76	3,2	13,9	NM	1,9	NM	NM	NM	NM
	Porção 125 g	95	4,0	17,4	NM	2,4	NM	NM	NM	NM

Produto	Porção	VE	Prot	H.Carbono		Gordura		Fibras	Sal	Cálcio
		Kcal	(g)	Total (g)	Açúc. (g)	Total (g)	Sat (g)	(g)	(g)	(mg)
DIA - Aroma Morango	100 g	84	3,3	13,2	NM	2,0	NM	NM	NM	NM
	Porção 125 g	105	4,1	16,5	NM	2,5	NM	NM	NM	NM
DIA - Aroma Pêssego	100 g	76	3,2	13,9	NM	1,9	NM	NM	NM	NM
	Porção 125 g	95	4,0	17,4	NM	2,4	NM	NM	NM	NM
E - Aroma Ananás	100 g	73	3,6	12,5	12,5	1,0	0,7	0,0	0,10	NM
	Porção 125 g	91	4,5	15,6	15,6	1,3	0,9	0,0	0,13	NM
E - Aroma Banana	100 g	73	3,6	12,5	12,5	1,0	0,7	0,0	0,10	NM
	Porção 125 g	91	4,5	15,6	15,6	1,3	0,9	0,0	0,13	NM
E - Aroma Coco	100 g	73	3,6	12,5	12,5	1,0	0,7	0,0	0,10	NM
	Porção 125 g	91	4,5	15,6	15,6	1,3	0,9	0,0	0,13	NM
E - Aroma Framboesa	100 g	73	3,6	12,5	12,5	1,0	0,7	0,0	0,10	NM
	Porção 125 g	91	4,5	15,6	15,6	1,3	0,9	0,0	0,13	NM
E - Aroma Limão	100 g	73	3,6	12,5	12,5	1,0	0,7	0,0	0,10	NM
	Porção 125 g	91	4,5	15,6	15,6	1,3	0,9	0,0	0,13	NM
E - Aroma Morango	100g	73	3,6	12,5	12,5	1,0	0,7	0,0	0,10	NM
	Porção 125 g	91	4,5	15,6	15,6	1,3	0,9	0,0	0,13	NM
E - Aroma Tutti-frutti	100 g	73	3,6	12,5	12,5	1,0	0,7	0,0	0,10	NM
	Porção 125 g	91	4,5	15,6	15,6	1,3	0,9	0,0	0,13	NM
Pingo Doce - Aroma Banana	100 g	79	3,6	12,7	12,7	1,5	1,0	0,0	0,14	119
	Porção 125 g	99	4,5	15,9	15,9	1,9	1,3	0,0	0,17	149
Pingo Doce - Aroma Côco	100 g	79	3,6	12,7	12,7	1,5	1,0	0,0	0,14	119
	Porção 125 g	99	4,5	15,9	15,9	1,9	1,3	0,0	0,17	149

*peso,*  
uma questão de peso

*Paula Veloso e Teresa Maia*

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 - Aroma Morango	100 g	79	3,6	12,7	12,7	1,5	1,0	0,0	0,14	119
	Porção 125 g	99	4,5	15,9	15,9	1,9	1,3	0,0	0,17	149
Pingo Doce - Aroma Pêssego	100 g	79	3,6	12,7	12,7	1,5	1,0	0,0	0,14	119
	Porção 125 g	99	4,5	15,9	15,9	1,9	1,3	0,0	0,17	149
Pingo Doce - Aroma Tutti-Frutti	100 g	79	3,6	12,7	12,7	1,5	1,0	0,0	0,14	119
	Porção 125 g	99	4,5	15,9	15,9	1,9	1,3	0,0	0,17	149

**NM - Não Menciona**