










































































































Hambúrgueres congelados

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Hambúrguer Bovino com Tempero Suave	Perdigão (672g)	 17,5g	 7,5g	 0g	 0g	 786,3mg	 R\$ 0,94
	Hambúrguer de Frango Tuma da Mônica	Perdigão (672g)	 11,3g	 3,7g	 0g	 0g	 786,2mg	 R\$ 1,02
	Hambúrguer de Peru Vita Light	Sadia (672g)	 9,5g	 2,7g	 1g	 0g	 873,7mg	 R\$ 1,11
	Hambúrguer de Proteína Vegetal Vita Soja	Sadia (420g)	 16,2g	 2,9g	 0g	 4,6g	 968,7mg	 R\$ 2,22
	Hambúrguer Suíno Sabor Calabresa	Perdigão (672g)	 18,8g	 7,5g	 0g	 0g	 865mg	 R\$ 0,94
	Hambúrguer de Chester	Perdigão (672g)	 10g	 3,7g	 0g	 0g	 786,2mg	 R\$ 1,02
	Hambúrguer de Frango Grelhado	Sadia (60g)	 7g	 2,2g	 0g	 0g	 800mg	 R\$ 1,88
	Hambúrguer de Filé Mignon	Wessel (330g)	 10,3g	 3,8g	 0g	 0g	 63,1mg	 R\$ 3,65











































Maionese

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA [®]	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Maionese com Limão	Hellmann's (500g)	 33,3g	 6,7g	 0g	 0g	 1000mg	 R\$ 0,95
	Maionese Deleite	Hellmann's (400g)	 20,8g	 3,3g	 0g	 0g	 708,3mg	 R\$ 1,00
	Maionese Tradicional	Liza (500g)	 30g	 60g	 0g	 0g	 1000mg	 R\$ 0,62
	Maionese sem Colesterol	Hellmann's (500g)	 10g	 1,5g	 0g	 0g	 1083mg	 R\$ 0,95
	Maionese Sabor Azeitona	Hellmann's (196g)	 19,2g	 3,3g	 0g	 0g	 1250mg	 R\$ 1,38
	Maionese Sabor Tártaro	Hellmann's (196g)	 18,3g	 3,3g	 0g	 0g	 1333,3mg	 R\$ 1,99








Tortas salgadas prontas - congeladas

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA [®]	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Quiche de Alho Poró	Pão de Açúcar (192g)	 18,7g	 10,4g	 0g	 <4,2g	 166,7mg	 R\$ 5,58
	Torta de Frango com Palmito, Milho e Catupiry, Massa com Iogurte	Sadia (500g)	 16g	 5,0g	 0,4g	 1,0g	 345,6mg	 R\$ 3,29
	Torta à La Provençale	Casino (400g)	 12g	 6,3g	 1g	 0,8g	 15mg	 R\$ 2,34
	Torta com Recheio de Palmito	Massa Leve (440g)	 4,4g	 1,05g	 0,7g	 0,3g	 532,6mg	 R\$ 2,07
	Torta de Frango com Catupiry	Sadia (500g)	 22,4g	 6,7g	 2,2g	 2,5g	 296,8mg	 R\$ 2,79

































Molhos de tomate

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Molho de Tomate à Bolonhesa	Knorr (340g)	 3,3g	 0,8g	 0g	 1,7g	 600mg	 R\$ 0,69
	Molho de Tomate Ricota com Óregano	Knorr (340g)	 0g	 0g	 0g	 2g	 733,3mg	 R\$ 1,09
	Molho de Tomate Light	Salsaretti (340g)	 0g	 0g	 0g	 0g	 283,3mg	 R\$ 0,97
	Molho de Tomate com Azeitonas e Queijo Parmesão	Knorr (340g)	 0g	 0g	 0g	 1g	 533,3mg	 R\$ 0,83
	Molho de Tomate Tradicional	Knorr Vitalie (340g)	 0g	 0g	 0g	 1g	 283,3mg	 R\$ 0,93
	Molho de Tomate Peneirado com Manjericão	Knorr (520g)	 0,8g	 0g	 0g	 1,7g	 483,3mg	 R\$ 0,68











































Refeições prontas congeladas

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Filé de Frango à Parmegiana	Sadia (550g)	5,8g	3g	0,2g	0g	717,8mg	R\$ 2,46
	Feijoada	Sadia (600g)	3,3g	1g	0g	1,5g	611,3mg	R\$ 2,43
	Frango Xadrez	Perdigão (600g)	5,3g	2g	0g	0,1g	708mg	R\$ 1,90
	Lasanha ao Molho Branco	Batavo (650g)	8g	3,1g	0,3g	1,8g	589,5mg	R\$ 1,08
	Medalhão de Peito Peru	Sadia (500g)	9,6g	3,4g	0g	0g	492mg	R\$ 2,62
	Strogonoff de Camarão	Seara (500g)	2g	1g	0g	0g	504mg	R\$ 2,99
	Tiras de Carne com Legumes, Purê de batata e arroz	Taeq (300g)	4,3g	0,3g	0,1g	1g	30mg	R\$ 4,16










Tortas doces congeladas

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Torta Mousse Chocolate	Holandesa (800g)	 30g	 10g	 0g	 0g	 55mg	 R\$ 3,77
	Torta Holandesa	Miss Daisy (470g)	 23,3g	 10g	 0g	 0g	 250mg	 R\$ 4,20
	Torta Napolitano	Nestlé (1125ml)	 7,5g	 3,7g	 0g	 0g	 48,3mg	 R\$ 1,02
	Torta Mousse de Maracujá	Miss Daisy (470g)	 4,2g	 3,3g	 0g	 0g	 126,7mg	 R\$ 3,60
	Torta Mousse de Limão	Miss Daisy (470g)	 8,3g	 5g	 0g	 0g	 141,7mg	 R\$ 3,59








Pizzas prontas congeladas

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Pizza de 2 Queijos Light	Taeq (420g)	 7,6g	 3,6g	 1,4g	 2,3g	 535,7mg	 R\$ 1,80
	Pizza de Calabresa Appreciatta	Perdigão (460g)	 10g	 5g	 0g	 2,5g	 450mg	 R\$ 1,76
	Pizza de Lombo com Catupiry e Mussarela	Sadia (460g)	 9,8g	 4,3g	 0,4g	 0,8g	 1025,9mg	 R\$ 1,76
	Pizza de Quatro Queijos Appreciatta	Perdigão (440g)	 12,5g	 5g	 0g	 2,5g	 707,5mg	 R\$ 1,76
	Pizza de Quatro Queijos	Frescarini (440g)	 11g	 6,5g	 0g	 0g	 570mg	 R\$ 1,76
	Pizza Meio Toscana Meio Peru Light	Taeq (420g)	 7,0g	 2,6g	 2,1g	 2,3g	 698,6mg	 R\$ 1,80









Embutidos

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Lombo Canadense	Ceratti (200g)	 3,4g	 1,2g	 0g	 0g	 760mg	 R\$ 2,62
	Mortadela Bolognella	Perdigão (200g)	 25g	 10g	 0g	 0g	 1375mg	 R\$ 1,60
	Mortadela de Frango Mônica	Perdigão (400g)	 20g	 5g	 0g	 0g	 1180mg	 R\$ 0,95
	Apresuntado	Sadia (300g)	 6,3g	 5g	 0g	 0g	 840mg	 R\$ 1,14
	Salame Italiano	Aurora (100g)	 24,7g	 12,7g	 0g	 3,25g	 1497,5mg	 R\$ 4,46
	Peito de Peru Cozido	Perdigão (200g)	 1,5g	 0g	 0g	 0g	 360mg	 R\$ 2,77






Salgadinhos de pacote

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Salgadinho Cheetos sabor queijo	Elma Chips (170g)	30g	15,2g	0g	0g	1080mg	R\$ 1,95
	Batata frita ondulada natural	Yolitos (55g)	36,4g	16,8g	0g	2,4g	720mg	R\$ 3,32
	Salgadinho de trigo Baconitos	Elma Chips (55g)	30g	12,5g	0g	< 5g	1150mg	R\$ 3,18
	Batata Pringles Original	Pringles (43g)	39,2g	14,8g	0g	2,8g	550mg	R\$ 4,58
	Batatinha Lisa original Kids	Elma Chips Kids (30g)	33,3g	3,0 g	0g	4,7g	373mg	R\$ 4,03
	Doritos de Queijo Nacho	Elma Chips (55g)	25g	12,5g	0g	10g	600mg	R\$ 3,58
	Salgadinho Snacks integral sabor queijo	Vitao (60g)	12g	5,6g	0g	5,2g	728mg	R\$ 4,48

Biscoitos doces

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Biscoito Wafer Shrek de chocolate (lanchinho)	Bauducco (40g)	27,5g	7g	9,5g	2,0g	115mg	R\$ 2,05
	Biscoito Wafer Passatempo Comics de chocolate (lanchinho)	Nestlé (40g)	30g	16,5g	0g	4,2g	182,5mg	R\$ 2,32
	Biscoito Plug@ãos recheado de chocolate	Adria (150g)	21g	10,6g	0g	2,33g	263,1mg	R\$ 0,82
	Biscoito recheado de leite Danix - Cartoon Network	Danix (170g)	20mg	10,32g	0g	2g	203,1mg	R\$ 1,12
	Biscoito recheado de chocolate Turnix	Marilan (162g)	22g	7g	6,7g	2g	256,4mg	R\$ 0,97
	Biscoito integral de Aveia	Vitao (200g)	16,6g	3g	0g	7g	223,1mg	R\$ 2,31
	Biscoito Integral de Frutas Cítricas	Jasmine (200g)	17g	5g	0g	6,7g	113,2mg	R\$ 3,22
	Cookie Integral de aveia e mel	Taeq (120g)	11g	4,3g	0g	5g	213,2mg	R\$ 3,89











































Pó para misturar no leite

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Achocolatado em pó Nescau	Nestlé (200g)	0g	0g	0g	6g	145mg	R\$ 0,89
	Achocolatado em pó com aveia e polpa de fruta	Toddy (350g)	0g	0g	0g	6,5g	120mg	R\$ 1,18
	Vitamina Shake de frutas vermelhas	Dr Oetker (105g)	0g	0g	0g	0g	100mg	R\$ 3,00
	Achocolatado em flocos Ovomaltine	Ovomaltine (400g)	2g	1g	0g	4,3g	166,5mg	R\$ 1,28
	Alimento Nutritivo Sabor Morango Nesquik	Nestlé (400g)	0g	0g	0g	0g	0mg	R\$ 1,21







Produtos lácteos (bebidas e sobremesas)

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Acho colatado líquido sabor chocolate Toddynho	Toddy (200ml)	 2,35g	 1,05g	 0g	 0g	 65mg	 R\$ 0,62
	Danette Sabor chocolate ao leite	Danone (110g)	 5,1g	 3,1g	 0g	 0g	 46,8mg	 R\$ 1,04
	Bebida Láctea sabor morango Elegê Kids	Elegê Kids (200ml)	 2,1mg	 1,1g	 0g	 0g	 55mg	 R\$ 0,46
	Leite Fermentado Desnatado sabor tutti-fruti	Batavo – Batavito (80ml)	 0g	 0g	 0g	 0g	 32,5mg	 R\$ 0,67
	Petit suisse com polpa de morango - danoninho	Danone (360g)	 3,5g	 2,2g	 0g	 1,1g	 128,76mg	 R\$ 1,00
	Chandelle de chocolate branco	Nestlé (110g)	 6g	 3,8g	 0g	 0g	 0mg	 R\$ 1,03











































Bebidas artificiais

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Suco artificial de uva - Kapo	Coca-Cola (200ml)	 0g	 0g	 0g	 0g	 4,1mg	 R\$ 0,51
	Refresco em pó de maracujá	Tang (35g)	 0g	 0g	 0g	 0g	 27,5mg	 R\$ 0,32
	Suco néctar de morango Kids	Del Valle (200ml)	 0g	 0g	 0g	 1g	 0mg	 R\$ 0,59
	Bebida à base de soja sabor laranja	Ades (200ml)	 0,2g	 0g	 0g	 0,3g	 12,5mg	 R\$ 0,49
	Refrigerante Schin-Guaraná	Schincariol (250ml)	 0g	 0g	 0g	 0g	 8mg	 R\$ 0,26
	Água de coco	Kero (200ml)	 0g	 0g	 0g	 0g	 20mg	 R\$ 0,73








Cereais Matinais

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Cereal Matinal sabor chocolate Estrelitas	Nestlé (250g)	5,3g	1,7g	0g	4,7g	492,8mg	R\$ 2,31
	Cereal Matinal Snow Flakes	Nestlé (330g)	0g	0g	0g	0g	499,5mg	R\$ 1,21
	Cereal Matinal Crunch	Nestlé (30g)	8,3g	3,3g	0g	< 3,3g	199,8mg	R\$ 3,86
	Granola tradicional	Kobber (250g)	7,5g	0g	0g	7,5g	0mg	R\$ 2,32
	Granola a base de aveia, banana e mel	Feinkost (250g)	10,2g	1,7g	0g	8,5g	30mg	R\$ 2,07
	Cereal Matinal Nescau	Nestlé (270g)	3,3g	0g	0g	0g	432,9mg	R\$ 2,23

Cereais em barra

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Cereal em barra com chocolate brigadeiro	Trio (25g)	 16g	 8g	 0g	 0g	 100mg	 R\$ 5,29
	Cereal em barra com coco	Nutry (25g)	 8g	 4g	 0g	 4g	 160mg	 R\$ 5,33
	Cereal em barra cookies com chocolate	Hershey's (25g)	 18g	 4g	 0g	 0g	 180mg	 R\$ 5,52
	Cereal em barra com banana e chocolate light	Neston (25g)	 9,2g	 5,2g	 0g	 20,8g	 196mg	 R\$ 5,20
	Cereal em barra de banana e coco light	Supino (26g)	 11,4g	 6,8g	 0g	 17,5g	 471,2mg	 R\$ 5,60
	Barra de biscoito integral com recheio de açaí com guaraná	Plus Vita (23g)	 8,6g	 3,9g	 0g	 6,4g	 146,2mg	 R\$ 1,29

Queijos

IMAGEM DO PRODUTO	NOME DO PRODUTO	MARCA ®	GORDURA TOTAL (100g)	GORDURA SATURADA (100g)	GORDURA TRANS (100g)	FIBRA (100g)	SÓDIO (100g)	PREÇO (100g)
	Queijo Minas Padrão	Balkis (500g)	30g	20g	0g	0g	409,6mg	R\$ 3,26
	Queijo Minas Padrão Light	Taeq (400g)	16,6g	13,3g	0g	0g	782,5mg	R\$ 3,34
	Queijo Minas Frescal	Danúbio (500g)	15g	9g	0g	0g	554mg	R\$ 2,12
	Queijo Cottage	Quatá (400g)	3,3g	0g	0g	0g	399,6mg	R\$ 2,54
	Queijo Prato Fatiado Bandeja	Pão de açúcar (250g)	26,6g	16,6g	0g	0g	632,7mg	R\$ 1,48
	Queijo Parmesão Ralado	Teixeira (100g)	39,9g	19,9g	0g	0g	1465mg	R\$ 3,38
	Queijo Cheddar Sandwich-in	Polenghi (144g)	22,3g	13,6g	1g	0g	1698,3mg	R\$ 5,04