



TABELA NUTRICIONAL

PRODUTO	VALOR ENERGÉTICO MÉDIO			CARBOIDRATOS		PROTEÍNAS		GORDURAS TOTAIS		GORDURAS SATURADAS		GORDURAS TRANS		FIBRA ALIMENTAR		SÓDIO	
	kCal	kJ	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
<i>Hare no prato</i>																	
<i>Betê (beterraba, quinoa e espinafre)</i>	161	678	8%	31	10%	3,2	4%	2,9	5%	0,3	1%	-	-	4,3	17%	305	13%
<i>Zen (triguilho, abóbora e cogumelos)</i>	150	631	8%	18	6%	3,5	5%	6,9	13%	0,9	4%	-	-	4,0	16%	217	29%
<i>Funky (mix de grãos)</i>	225	946	11%	22	7%	16	22%	8,2	15%	0,9	4%	-	-	19	75%	219	9%
<i>Ohm (inhame com aveia à parmegiana)</i>	255	1.069	13%	37	12%	7,4	10%	8,5	16%	2,4	11%	-	-	6,5	26%	713	30%
<i>Ernesto (feijão vermelho com legumes)</i>	261	1.094	13%	50	17%	11	15%	1,8	3%	0,3	1%	-	-	6,4	26%	441	18%
<i>Delphos (arroz cateto com legumes ao curry)</i>	336	1.410	17%	63	21%	6,5	9%	6,4	12%	0,6	3%	-	-	4,2	17%	358	15%
<i>Imperial (quinoa com batata doce)</i>	227	952	11%	40	13%	4,8	6%	5,4	10%	0,4	2%	-	-	3,2	13%	199	8%

PRODUTO	VALOR ENERGÉTICO MÉDIO			CARBOIDRATOS		PROTEÍNAS		GORDURAS TOTAIS		GORDURAS SATURADAS		GORDURAS TRANS		FIBRA ALIMENTAR		SÓDIO	
	kCal	kJ	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	g	%VD	mg	%VD
<i>Salada</i>																	
<i>Raízes de Jah (salada de raízes) - 100g</i>	213	893	11%	23	8%	1,4	2%	13	23%	1,4	6%	-	-	5,1	20%	7,0	0%
<i>Salpicão Satori (salpicão vegetariano) - 100g</i>	127	532	6%	18	6%	5,1	7%	3,8	7%	1,7	8%	-	-	1,8	7%	277	9%
<i>Platão de grãos (tabule de grãos) - 100g</i>	237	997	12%	10	3%	7,4	10%	18	34%	2,1	10%	-	-	10	39%	463	19%
<i>Hare Salada Extrassensorial Egípcia - 100g</i>	59	247	3%	3,9	1%	0,8	1%	4,4	8%	0,0	0%	-	-	0,6	2%	202	8%
<i>Massa Mahaiana (salada de massa integral) - 100g</i>	149	627	7%	27	9%	6,0	8%	1,8	3%	0,1	0%	-	-	2,6	10%	176	7%
<i>Hare, César! - 100g</i>	175	733	9%	6	2%	8	11%	13	24%	4,8	22%	-	-	0,6	2%	379	16%
<i>Hare Salada Pythagoras - 100g</i>	311	1035	16%	46	15%	7,6	10%	4	8%	3,3	15%	-	-	1,1	4%	211	9%
<i>Hare Quinoa Espacialux - 100g</i>	205	859	10%	26	9%	3,7	5%	10	17%	1,3	6%	-	-	1,1	4%	219	9%

(*) Não são estabelecidos valores diários (VD) de referência para Gordura Trans, uma vez que não é recomendada a sua ingestão mesmo que em quantidades mínimas. Valores diários de referência descritos para uma dieta de 2.000 kCal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.