



**LINHA
EQUILÍBRIO
FAMILIAR**

**SEM ADIÇÃO
DE AÇÚCARES**

**ALTO TEOR
EM FIBRA**

**FONTE DE
PROTEÍNA**

AVEIA FLOCOS FINOS

cereal integral

Para preparar papas e batidos ou
consumir com bebida vegetal ou iogurte



Preparação Papas de Aveia: Num tacho, juntar ½ chávena de flocos de aveia com 1 chávena de bebida vegetal ou leite. Aquecer em lume médio, mexendo sempre, até ferver. Depois de ferver, reduzir o lume e mexer até evaporar o líquido e obter a consistência desejada. Colocar as papas numa taça e servir com fruta, sementes e xarope de agave ou mel.

Ingredientes: Flocos de AVEIA (glúten) integral. Contém açúcares naturalmente presentes.

Para alérgicos ver ingredientes realçados. Pode conter vestígios de soja, sésamo e frutos de casca rija.

Declaração Nutricional (valores médios/100 g): Energia 1543 kJ/367 kcal; Lipídios 8,4 g, dos quais saturados 1,3 g; Hidratos de carbono 56,1 g, dos quais açúcares 1 g; Fibra 9,1 g; Proteínas 12,1 g; Sal 0 g.

Conservar em local fresco e seco, ao abrigo da luz. Depois de aberto, manter num recipiente bem fechado. Lote/Consumir de preferência antes de: (ver embalagem)

IGNORAMUS - Produtos Naturais, Lda.

Av. Nossa Sr.ª de Guadalupe, n.º 71 • 2135-015 Samora Correia, Portugal

Tel.: +351 263 659 453 (Chamada para a rede fixa nacional)

consumidor@ignoramus.pt • www.cemporcento.pt • www.ignoramus.pt

**A MESMA
NOVA IMAGEM
QUALIDADE**



1 kg

R0005-1838-9675

