

Viver a Vida a Cem Porcento



LINHAÇA

DOURADA e MOÍDA

Alto teor em fibra
Fonte de proteína

200 g

FÁCIL UTILIZAÇÃO, MELHOR ASSIMILAÇÃO

Sugestões de utilização: Diluir 1 colher de sopa de linhaça num copo de água e tomar pela manhã, em jejum. Enriquecer cereais, batidos, iogurtes, sopas, saladas e pratos quentes, com 1 a 2 colheres de sopa de linhaça. Incorporar nas massas de pães, bolos e panquecas ou utilizar em substituição do ovo.

Ingredientes: Sementes de linhaça dourada.

Pode conter vestígios de glúten, soja, sésamo e frutos de casca rija.

Dedaração Nutricional (valores médios por 100 g): Energia 2598 kJ/627 kcal; Lípidos 41 g, dos quais saturados 9 g; Hidratos de carbono 28,9 g, dos quais açúcares 1,6 g; Fibra 27 g; Proteínas 22 g; Sal 0,07 g. Vitaminas e Sais Minerais: Tiamina (Vit.B1) 0,53 mg (48%*); Niacina (Vit.B3) 3,21 mg (20%*); Vitamina B6 0,61 mg (44%*); Ácido Fólico 112 µg (56%*); Potássio 831 mg (42%*); Cálcio 236 mg (30%*); Fósforo 622 mg (89%*); Magnésio 431 mg (115%*); Ferro 5 mg (36%*); Zinco 5 mg (50%*); Cobre 1 mg (100%*); Manganês 3 mg (150%*).

*VRN – Valor de Referência do Nutriente.

IGNORAMUS - Produtos Naturais, Lda. • Av. N. Sr.ª Guadalupe, n.º 71 • 2135-015 Samora Correia
Tel.: 263 659 453 • consumidor@ignoramus.pt • www.ignoramus.pt

Conservar em local fresco e seco.

Lote/Consumir de preferência antes do fim de: (ver embalagem)



R0002



5 604321 029761

Fabricado por:

