

PT | Bolachas de arroz, millet, quinoa, amaranto e trigo-sarraceno.
 ES | Tortitas de arroz, mijo, quinoa, amaranto y trigo sarraceno.
 EN | Rice, millet, quinoa, amaranth and buckwheat cakes.
 FR | Galettes de riz, millet, quinoa, amarante et sarrasin.



SEM GLÚTEN
 GLUTEN FREE

26 kcal
 bolacha

BOLACHAS MIX 5

arroz integral, millet,
 quinoa, amaranto
 e trigo-sarraceno



100 g e

Snack ideal
 entre refeições

*Contém açúcares naturalmente presentes.

sugestão de apresentação / sugereinta de presentación / serving suggestion / sugereinta de presentación

Declaração Nutricional / Información Nutricional Nutrition Declaration / Déclaration Nutritionnelle

Valores médios por Average values per Valeurs moyennes pour	100 g	6,7 g (1 bolacha)*
Energia / Valor energético / Energy / Énergie	1619 kJ/383 kcal	108 kJ/26 kcal
Lípidos / Grasas / Fat / Matières grasses	3,6 g	0,2 g
dos quais saturados / de los cuales saturados of which saturates / dont acides gras saturés	0,8 g	0,1 g
Hidratos de carbono Carbohydrate / Glucides	76 g	5,1 g
dos quais açúcares / de los cuales azúcares of which sugars / dont sucres	0,8 g	0,1 g
Fibra / Fibra alimentaria / Fibre / Fibres alimentaires	4 g	0,3 g
Proteínas / Protein / Protéines	9,6 g	0,6 g
Sal / Salt / Sel	0,31 g	0,02 g

PT | Esta embalagem contém, aproximadamente, 14 bolachas de 6,7 g.
 Conservar em local fresco e seco, ao abrigo da luz.
 Depois de aberto, manter num recipiente fechado.
 Lote/Consumir de preferência antes de: (ver embalagem)

ES | Este envase contiene, aproximadamente, 14 tortitas de 6,7 g.
 Conservar en lugar fresco y seco, protegido de la luz.
 Una vez abierto, mantener en un recipiente bien cerrado.
 Lote/Consumir preferentemente antes del: (ver envase)

EN | This package contains, approximately, 14 rice cakes of 6,7 g.
 Store in a cool dry place, protected from light.
 Once opened, keep in a tightly closed container.
 Lot/Best before: (see package)

FR | Ce paquet contient, environ, 14 galettes de 6,7 g.
 Conservez dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière.
 Une fois ouvert, à conserver dans un récipient bien fermé.
 Lot/À consommer de préférence avant fin: (voir emballage)

Quantidade líquida
 Cantidad neto
 Net weight
 Quantité nette
 100 g e



Descubra a nossa
 gama completa aqui

Fabricado para / Producido para / Produced for / Fabriqué pour:
 IGNORAMUS – Produtos Naturais, Lda.

Av. Nossa Sr.ª de Guadalupe, n.º 71 • 2135-015 Samora Correia, Portugal
 Tel.: +351 263 659 453 • consumidor@ignoramus.pt • www.ignoramus.pt

100% NATURAL • VEGAN
 SEM ADIÇÃO DE AÇÚCARES* • FONTE DE FIBRA



PT | Bolachas de arroz, millet, quinoa, amaranto e trigo-sarraceno, sem adição de açúcares.

Vegan • Fonte de fibra • Isento de glúten

Ingredientes: Arroz integral (81,7%); millet (6%); quinoa (4%); amaranto (4%); trigo-sarraceno (4%); sal marinho. Contém açúcares naturalmente presentes.

Produto apto para celíacos. Pode conter vestígios de soja e sésamo.

Sugestão de utilização: Ideal entre refeições, ao pequeno-almoço ou como acompanhamento, simples ou combinadas com sabores doces ou salgados.

ES | Tortitas de arroz, mijo, quinoa, amaranto y trigo sarraceno, sin azúcares añadidos.

Vegano • Fuente de fibra • Sin gluten

Ingredientes: Arroz integral (81,7%); mijo (6%); quinoa (4%); amaranto (4%); trigo sarraceno (4%); sal marino. Contiene azúcares naturalmente presentes.

Producto apto para celíacos. Puede contener trazas de soja y sésamo.

Sugerencia de utilización: Ideal entre comidas, en el desayuno o como acompañamiento, simple o combinado con sabores dulces o salados.

EN | Rice, millet, quinoa, amaranth and buckwheat cakes, with no added sugars.

Vegan • Source of fibre • Gluten-free

Ingredients: Brown rice (81,7%); millet (6%); quinoa (4%); amaranth (4%); buckwheat (4%); sea salt. Contains naturally occurring sugars.

Product suitable for coeliacs. May contain traces of soy and sesame.

Suggested use: Ideal between meals, at breakfast or as a side dish, plain or combined with sweet or salted flavours.

FR | Galettes de riz, millet, quinoa, amarante et sarrasin, sans sucres ajoutés.

Vegan • Source de fibres • Sans gluten

Ingredients: Riz complet (81,7%); millet (6%); quinoa (4%); amarante (4%); sarrasin (4%); sel marin. Contient des sucres naturellement présents.

Produit adapté aux coeliacs. Peut contenir des traces de soja et sésame.

Utilisation suggérée: Idéal entre les repas, au petit-déjeuner ou en accompagnement, simple ou combiné avec des saveurs sucrées ou salées.

Deliciosas com sabores
 doces ou salgados



2020-07-24