

BIO

ARROZ INTEGRAL

Biológico

- Vegan
- Sem glúten
- Cereais integrais
- Sem óleo de palma
- Sem adição de açúcares

Preparado em pó para papa de arroz integral.

Ingredientes: Arroz integral*. *Proveniente de agricultura biológica. Contém açúcares naturalmente presentes.

Preparação: Lavar bem as mãos antes de preparar a papa e assegurar que todos os utensílios estão devidamente lavados. Ferver água durante 5 minutos. Deixar arrefecer. Deitar 150 ml de água numa taça e adicionar 30 g (+/- 5 colheres de sopa) de papa de arroz bio. Mexer com um garfo até obter uma papa homogénea. Consumir de imediato. Não guardar a papa preparada. Pode também ser preparada com bebida vegetal. Sem necessidade de cozedura.

Valores médios por	DECLARAÇÃO NUTRICIONAL	
	100 g	30 g*
Energia	1507 kJ/356 kcal	452 kJ/107 kcal
Lípidos	0,9 g	0,3 g
dos quais saturados	0,1 g	0 g
Hidratos de carbono	74,6 g	22,4 g
dos quais açúcares	2,5 g	0,8 g
Fibra	3,5 g	1,1 g
Proteínas	7,4 g	2,2 g
Sal	0,02 g	0 g

*Contém, aproximadamente, 6 porções de 30 g.

Conservar em local fresco e seco. Depois de aberto, fechar bem a saqueta após cada utilização e consumir no período máximo de 1 mês.

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

Conheça a nossa gama completa de Alimentação Biológica

Quantidade líquida: 200 g



BROWN RICE

ORGANIC PORRIDGE

wholegrain cereals
no added sugar
gluten free • lactose free
vegan • palm oil free

(EN) Powder for brown rice porridge.

Ingredients: Brown rice*. *From organic farming. Contains naturally occurring sugars.

Preparation: Wash your hands before preparing the porridge and ensure that all utensils are properly washed. Boil water for 5 min. Allow to cool. Pour 150 ml of water into a bowl and add 30 g (+/- 5 tablespoons) of porridge and stir well. Consume immediately. Always prepared food fresh. It can also be prepared with a vegetable drink. No cooking required.

Average values per	NUTRITION DECLARATION	
	100 g	30 g*
Energy	1507 kJ/356 kcal	452 kJ/107 kcal
Fat	0,9 g	0,3 g
of which saturates	0,1 g	0 g
Carbohydrate	74,6 g	22,4 g
of which sugars	2,5 g	0,8 g
Fibre	3,5 g	1,1 g
Protein	7,4 g	2,2 g
Salt	0,02 g	0 g

*Contains, approximately, 6 portions of 30 g.

Store in a cool, dry place. Once opened, close the sachet well after each use and consume within 1 month of opening.

Lot/Best before end: (see package)

Net weight: 200 g

Online store www.ignoramus.pt

BIO



ARROZ INTEGRAL

sem glúten
sem adição de açúcares
contém açúcares naturalmente presentes



- Sem lactose
- Cereais integrais
- Farinha não láctea
- Ingredientes biológicos



PT-BIO-04
Agricultura UE/não UE
EU/Non-EU Agriculture

AGRICULTURA BIOLÓGICA CERTIFICADA

Loja online em www.ignoramus.pt