

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS SPOLETO

ADEQUAÇÃO NUTRICIONAL - ADULTO

VALORES DIÁRIOS DE REFERÊNCIA DE NUTRIENTES (VDR)	Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gordura Trans	Sódio	Fibra Alimentar
RDC 360 da ANVISA / ** VD não estabelecido	2000 Kcal / 8400Kj	300 g	75 g	55 g	22 g	**	2400 mg	25 g

INGREDIENTES

ALIMENTOS	PORÇÃO		INGREDIENTES							
	gramas	medida	Valor Energético Kcal %VD	Carboidratos gramas %VD	Proteínas gramas %VD	Gorduras Totais gramas %VD	Gorduras Saturadas gramas %VD	Gordura Trans gramas %VD	Sódio mg %VD	Fibra Alimentar gramas %VD
** VD não estabelecido										
ABOBRINHA COZIDA	15	01 Pegada	3 0%	0 0%	0 0%	1 0%	0 0%	0 **	0 0%	0 0%
ALCAPARRAS	15	01 Pegada	33 2%	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 **	195 8%	0 0%
ALHO PICADO	10	01 Pegada	19 1%	4 1%	1 0%	0 0%	0 0%	0 **	0 0%	0 0%
ALHO PORÓ	15	01 Pegada	8 0%	2 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 **	0 0%	0 0%
ATUM EM CONSERVA NO ÓLEO VEGETAL	15	01 Pegada	24 1%	0 0%	5 4%	1 2%	0 0%	0 **	35 1%	0 0%
AZEITONA FATIADA	15	01 Pegada	17 1%	1 0%	0 0%	2 4%	0 0%	0 **	131 5%	0 0%
BACON	15	01 Pegada	70 4%	2 1%	4 5%	5 9%	3 14%	0 **	290 12%	0 0%
BERINJELA COZIDA	15	01 Pegada	3 0%	1 0%	0 0%	1 0%	0 0%	0 **	0 0%	0 0%
BROCOLIS	15	01 Pegada	3 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 **	0 0%	0 0%
CAMARÃO COZIDO	15	01 Pegada	10 1%	0 0%	2 2%	0 1%	0 0%	0 **	67 3%	0 0%
CARNE DE SOL *	15	01 Pegada	26 1%	0 0%	3 4%	1 2%	1 5%	0 **	8 0%	0 0%
CASTANHA DE CAJÚ *	15	01 Pegada	86 4%	5 2%	2 3%	7 13%	1 5%	0 **	8 0%	0 0%
CEBOLA	15	01 Pegada	6 0%	1 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 **	0 0%	0 0%
CENOURA	15	01 Pegada	6 0%	1 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 **	3 0%	0 0%
CHAMPIGNON EM CONSERVA	15	01 Pegada	4 0%	1 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 **	64 3%	0 0%
ERVILHA CONGELADA	15	01 Pegada	12 1%	2 1%	1 1%	0 0%	0 0%	0 **	1 0%	1 4%

SPOLETO

ESPINAFRE	15	01 Pegada	3	1	0	0	0	0	11	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
FILE DE SALMÃO	15	01 Pegada	18	0	3	1	0	0	10	0
			1%	0%	4%	1%	0%	**	0%	0%
KANI KAMA	15	01 Pegada	22	2	1	0	0	0	108	0
			1%	1%	1%	0%	0%	**	5%	0%
LINGUIÇA CALABRESA	15	01 Pegada	53	1	3	5	2	0	263	0
			3%	0%	4%	8%	7%	**	11%	0%
MILHO EM CONSERVA	15	01 Pegada	15	3	0	0	0	0	70	0
			0	0	0	0	0	**	3	0
OVO DE CODORNA	15	01 Pegada	20	1	2	2	1	0	21	0
			1%	0%	3%	3%	5%	**	1%	0%
PALMITO PICADO	15	01 Pegada	4	0	0	0	0	0	53	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	2%	0%
PASSAS	15	01 Pegada	45	11	1	0	0	0	0	0
			2%	4%	1%	0%	0%	**	0%	0%
PEITO DE FRANGO DESFIADO TEMPERADO	15	01 Pegada	21	2	2	1	1	0	77	0
			1%	1%	3%	1%	5%	**	3%	0%
NOZES ***	15	01 Pegada	98	3	2	10	0	0	0	0
			5%	1%	3%	18%	0%	**	0%	0%
PIMENTÃO	15	01 Pegada	4	1	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
PRESUNTO	15	01 Pegada	14	0	2	0	0	0	156	0
			1%	0%	3%	1%	1%	**	6%	0%
QUEIJO COALHO *	15	01 Pegada	40	0	2	3	2	0	89	0
			2%	0%	3%	5%	9%	**	4%	0%
QUEIJO GORGONZOLA	15	01 Pegada	52	1	3	5	3	0	270	0
			3%	0%	4%	9%	14%	**	11%	0%
QUEIJO MINAS	15	01 Pegada	36	0	3	3	0	0	0	0
			2%	0%	4%	5%	0%	**	0%	0%
QUEIJO MUSSARELA	15	01 Pegada	42	0	3	3	2	0	56	0
			2%	0%	4%	5%	9%	%	2%	0%
QUEIJO MUSSARELA TIPO BÚFALA ***	15	01 Pegada	40	0	3	3	2	0	62	0
			2%	0%	4%	5%	9%	**	0%	0%
PEITO COZIDO DE PERU	15	01 Pegada	13	0	2	1	0	0	170	0
			1%	0%	3%	2%	0%	**	7%	0%
SALAME ITALIANO	15	01 Pegada	90	0	5	4	1	0	187	0
			5%	0%	6%	7%	5%	**	8%	0%
TOMATE	15	01 Pegada	2	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
TOMATE SECO	15	01 Pegada	66	5	1	3	0	0	291	3
			3%	2%	1%	5%	0%	**	12%	12%

* Ingredientes disponíveis apenas nos restaurantes do Nordeste

*** Ingredientes não disponíveis apenas nos restaurantes do Nordeste

TEMPEROS E COMPLEMENTOS

ALIMENTOS	PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gordura Trans	Sódio	Fibra Alimentar
	gramas	medida	Kcal %VD	gramas %VD	gramas %VD	gramas %VD	gramas %VD	gramas %VD	mg %VD	gramas %VD
** VD não estabelecido										
MARGARINA	5	01 Pegada	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
AZEITE DE SANSÁ	5	1 Colher Sob. Rasa	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
AZEITE EXTRA VIRGEM	5	1 Colher Sob. Rasa	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
VINHO TINTO SECO	5	1 Colher Sob. Rasa	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
Oregano, pimenta calabresa, pimenta do reino, salsa, manjeriçã, cebolinha e curry	1	1 Pitada	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
VINAGRE BALSÂMICO	5	1 Colher Sob. Rasa	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
MOLHO SHOYO	5	1 Colher Sob. Rasa	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
QUEIJO PARMESÃO	10	1 sachê	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
TORRADA TEMPERADA	20	5 unid.	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%

MASSAS E MOLHOS

ALIMENTOS	PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gordura Trans	Sódio	Fibra Alimentar
	gramas	medida	Kcal %VD	gramas %VD	gramas %VD	gramas %VD	gramas %VD	gramas %VD	mg %VD	gramas %VD
** VD não estabelecido										
PORÇÃO PADRÃO (1 PORÇÃO DE MASSA + 2 CONCHAS DE MOLHO + 8 INGREDIENTES)										
PENNE, SPAGUETTI, FETUCCINE, FUSILLI, FARFALLE	200	PADRÃO	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
FUSILLI INTEGRALE	200	PADRÃO	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
GNOCCHI	250	PADRÃO	403	77	12	5	2	1	1694	3
			20%	26%	17%	9%	8%	**	71%	12%
CAPPELLETTI CARNE	225	PADRÃO	559	98	25	7	3	0	314	5
			28%	33%	34%	13%	13%	**	13%	20%
CAPPELLETTI FRANGO	225	PADRÃO	560	108	22	4	2	2	1279	6
			28%	36%	29%	8%	10%	**	53%	22%
RAVIOLI DE TOMATE SECO C/ MUS.TIPO DE BÚFALA	225	PADRÃO	565	70	27	20	11	0	328	4
			28%	23%	36%	36%	48%	**	14%	17%

SPOLETO

RAVIOLI DE RICOTA	225	PADRÃO	509	60	27	18	14	0	1077	3
			25%	20%	35%	33%	64%	**	45%	12%
RAVIOLI DE QUEIJO C/ PRESUNTO	225	PADRÃO	523	63	27	18	12	0	1199	3
			26%	21%	36%	33%	54%	**	50%	12%
RAVIOLI DE PICANHA	200	PADRÃO	459	59	29	12	9	1	544	3
			23%	20%	39%	21%	39%	**	23%	12%
RAVIÓLI DE CASTANHA, NOZES E GORGONZOLA.	225	PADRÃO	571	66	30	21	13	1	1638	3
			29%	22%	39%	38%	59%	**	68%	12%
MOLHO 4 QUEIJOS	150	2 conchas PADRÃO	142	9	8	8	5	0	613	1
			7%	3%	10%	15%	25%	**	26%	3%
MOLHO BOLONHESA	150	2 conchas PADRÃO	100	6	7	6	2	0,9	502	0
			5%	2%	10%	10%	9%	**	21%	0%
MOLHO BRANCO	150	2 conchas PADRÃO	104	12	4	5	2	0	469	1
			5%	4%	5%	9%	10%	**	20%	4%
MOLHO TOMATE	150	2 conchas PADRÃO	62	9	1	3	0	0	645	0
			3%	3%	1%	5%	0%	**	27%	0%
MOLHO FUNGHI	150	2 conchas PADRÃO	128	11	6	7	4	3,1	926	1
			6%	4%	8%	12%	18%	**	39%	5%
MOLHO ALFREDO	200	PADRÃO	392	9	11	35	18	0	917	0
			20%	3%	14%	63%	82%	**	38%	0%
MOLHO BASÍLICO	200	PADRÃO	171	5	2	16	10	0	745	2
			9%	2%	2%	29%	45%	**	31%	8%
MOLHO CAMARÃO AO VINHO BRANCO	180	PADRÃO	152	4	11	10	6	0	81	0
			8%	1%	14%	19%	27%	**	3%	0%
PORÇÃO BAMBINI (1/2 PORÇÃO DE MASSA + 1 CONCHA DE MOLHO + 4 INGREDIENTES)										
PENNE, SPAGUETTI, FETUCCINE, FUSILLI, FARFALLE	100	BAMBINI	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
FUSILLI INTEGRALE	100	BAMBINI	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
GNOCCHI	125	BAMBINI	202	38	6	3	1	1	847	2
			10%	13%	8%	5%	4%	**	35%	6%
MOLHO 4 QUEIJOS	75	1 concha BAMBINI	71	5	4	4	3	0	307	0
			4%	2%	5%	8%	12%	**	13%	0%
MOLHO BOLONHESA	75	1 concha BAMBINI	52	3	4	3	1	1	252	0
			3%	1%	5%	5%	5%	**	10%	0%
MOLHO BRANCO	75	1 concha BAMBINI	52	6	2	2	1	0	235	0
			3%	2%	2%	4%	5%	**	10%	0%
MOLHO TOMATE	75	1 concha BAMBINI	31	5	0	1	0	0	323	0
			2%	2%	0%	2%	0%	**	13%	0%
MOLHO FUNGHI	75	1 concha BAMBINI	64	6	3	3	2	2	465	1
			3%	2%	4%	6%	9%	**	19%	3%

SPOLETO

POLPETTONE										
ALIMENTOS	PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gordura Trans	Sódio	Fibra Alimentar
** VD não estabelecido	gramas	medida	Kcal %VD*	gramas %VD*	gramas %VD*	gramas %VD*	gramas %VD*	gramas %VD*	mg %VD*	mg %VD*
POLPETTONE DE CARNE	150	PADRÃO	280	12	32	12	6	0	298	0
			14%	4%	43%	21%	26%	**	12%	0%
POLPETTONE DE FRANGO	150	PADRÃO	179	3	24	8	3	0	522	0
			9%	1%	32%	15%	14%	**	22%	0%
POLPETTONE DE PEITO DE PERU	130	PADRÃO	183	1	33	5	3	0	288	0
			9%	0%	45%	9%	12%	**	12%	0%
SALADAS, CARPACCIOS E ACOMPANHAMENTOS										
ALIMENTOS	PORÇÃO		Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gordura Trans	Sódio	Fibra Alimentar
** VD não estabelecido	gramas	medida	Kcal %VD*	gramas %VD*	gramas %VD*	gramas %VD*	gramas %VD*	gramas %VD*	mg %VD*	gramas %VD
SALADA TRADICIONAL PEQUENA (ALFACE AMERICANA, CRESPA, ROXA, RÚCULA E RADICCHIO)	45	Porção	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
SALADA TRADICIONAL GRANDE (ALFACE AMERICANA, CRESPA, ROXA, RÚCULA E RADICCHIO)	90	Porção	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
MOLHO ITALIANO	60	1 unid	12	4	0	0	0	0	562	0
			1%	1%	0%	0%	0%	**	23%	0%
MOLHO SPOLETO	60	1 unid	80	2	1	7	1	0	457	0
			336%	1%	1%	14%	4%	0%	19%	0%
MOLHO ROSÊ	60	1 unid	157	4	1	18	3	0	284	0
			9%	1%	1%	33%	12%	0%	12%	0%
MOLHO MEL E MOSTARDA	60	1 unid	158	9	1	14	2	0	344	0
			8%	3%	1%	25%	9%	0%	14%	0%
MOLHO MEL E MOSTARDA LIGHT	60	1 unid	108	6	1	10	1	0	348	0
			5%	2%	1%	17%	6%	0%	15%	0%
MOLHO CAESAR	60	1 unid	125	1	1	13	2	0	397	0
			6%	0%	2%	24%	11%	**	17%	0%
CARPACCIO DE CARNE	65	1 porção	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
MOLHO PARA CARPACCIO	15	1 colher sopa cheia	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	0,00%	0%	0%
FRANGO DOURADO	75	1 porção	60	1	12	1	0	0	355	0
			3%	0%	16%	2%	0%	**	15%	0%
PEITO DE PERU COZIDO	60	1 porção	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
ROSBIFE	50	1 porção	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%

ALIMENTOS	PORÇÃO		SOBREMESAS							
			Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gordura Trans	Sódio	Fibra Alimentar
			Kcal %VD	gramas %VD*	gramas %VD	gramas %VD	gramas %VD	gramas %VD	mg %VD	gramas %VD
** VD não estabelecido	gramas	medida								
SPOLATE CHOCOLATE	40	1 unid	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
SPOLATE CHOCOLATE C/ MENTA	40	1 unid	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0	0%
FORMAGGIO	60	1 unid	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
RIGOLETTO	60	1 unid	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%
RAVIOLI DE CHOCOLATE	12	1 unid	0	0	0	0	0	0	0	0
			0%	0%	0%	0%	0%	**	0%	0%

%VD - VALORES DIÁRIOS COM BASE EM UMA DIETA DE 2000 Kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PRINCIPAIS ALERGIAS E INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES

Casos Específicos	Produtos a serem evitados
Intolerância à lactose (intolerância ao leite e derivados)	<p>Acompanhamentos: Queijo Mussarela, Queijo Parmesão, Queijo Minas, Queijo Gorgonzola, Queijo coalho, Queijo Mussarela de Búfala, Margarina</p> <p>Massas Recheadas: Todas</p> <p>Massas Gratinadas: Todas</p> <p>Lasagnas: Todas</p> <p>Polpettone : Todos</p> <p>Molhos: Todos</p> <p>Molho para salada: Molho Spoleto, Molho Caesar</p> <p>Sobremesas: Formaggio, Rigoletto, Spolate, Spolate Menta, Ravioli de Chocolate</p>
Intolerância ao glúten	<p>Acompanhamentos: Torrada.</p> <p>Massa Seca: Todas</p> <p>Massas Recheadas: Todas</p> <p>Massas Gratinadas: Todas</p> <p>Lasagnas: Todas</p> <p>Polpettone : Todos</p> <p>Saladas: Frango</p> <p>Molhos: Todos</p> <p>Sobremesas: Formaggio, Rigoletto.</p>

<p>Fenilcetonúria</p>	<p>Acompanhamentos: Ovo de Codorna, Bacon, Salame, Presunto, Lingüiça Calabresa, Peito de Peru, Frango, Salmão, Camarão, Kani, Atum, Carne de sol, Queijo Mussarela, Queijo Parmesão, Queijo Minas, Queijo Gorgonzola, Queijo coalho, Queijo Mussarela de Búfala, Margarina.</p> <p>Massas Recheadas: Todas</p> <p>Massas Gratinadas: Todas</p> <p>Lasagnas: Todas</p> <p>Risottos: Todos</p> <p>Polpettone : Todos</p> <p>Molhos: Todos</p> <p>Molho para salada: Molho Spoleto, Molho Caesar</p> <p>Saladas: Salada com Rosbife, Salada com Frango, Salada com Peito de Peru</p> <p>Carpaccios: Carpaccio de Carne, Carpaccio de Salmão</p> <p>Sobremesas: Formaggio, Rigoletto, Spolate, Spolate Menta, Ravioli de Chocolate</p>
<p>Principais Alimentos Alergênicos</p>	<p>Produtos a serem evitados</p>
<p>Peixes e Crustáceos</p>	<p>Acompanhamentos: Camarão, Salmão, Atum, Kani Kama</p> <p>Massas: Ravioli ao Salmão, Ravioli de Camarão</p> <p>Carpaccios: Carpaccio de Salmão</p>
<p>Ovos</p>	<p>Acompanhamentos: Ovo de codorna</p> <p>Massas Recheadas: Todas</p> <p>Lasagnas: Todas</p> <p>Polpettone : Polpettone de carne, Polpettone de salmão</p> <p>Molho para salada: Molho Rosé</p> <p>Sobremesas: Formaggio, Rigoletto, Spolate, Spolate Menta,</p>
<p>Glutamato Monossódico</p>	<p>Acompanhamentos: Presunto, Peito de Peru e Lingüiça Calabresa.</p> <p>Massas Recheadas: Todas</p> <p>Lasagnas: Todas</p> <p>Risottos: Todos</p> <p>Polpettone : Todos</p> <p>Molhos: Todos</p>

* Informações que podem ser atualizadas

**Última atualização: Novembro/2009