



TABELA NUTRICIONAL



Peça sem culpa!

Fale com a nossa central de atendimento:

2042-9955



  fitdefatopizzaria
www.fitdefatopizzaria.com.br

VOCÊ SABE CALCULAR O VALOR NUTRICIONAL da sua Fil de Fato?

PARA CALCULAR O VALOR
NUTRICIONAL DAS CALORIAS DA
SUA PIZZA É BEM SIMPLES E
BASTA SEGUIR ESTA CONTINHA:

SOMA DOS VALORES NUTRICIONAIS

DA MASSA

+

SOMA DOS VALORES NUTRICIONAIS

DO RECHEIO

**VALOR NUTRICIONAL
DO PEDAÇO**

SE A SUA MASSA É DE COUVE-FLOR (66) E O SEU RECHEIO É FRANGO COM CREME DE RICOTA (69), O VALOR NUTRICIONAL DO SEU PEDAÇO SERÁ 135.

O VALOR CALCULADO É REFERENTE AO VALOR CALÓRICO

MASSA DE COUVE-FLOR		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 25g (1 fatia)		
	Quantidade por porção	%VDI(*)
Valor calórico	66kcal = 276kJ	3
Carboidratos	5,5g	2
Proteínas	2,2g	3
Gorduras Totais	3,9g	7
Gorduras Saturadas	1,2g	5
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar		3
Sódio		0,7

FRANGO COM RICOTA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por porção	%VDI(*)
Valor calórico	69kcal = 288kJ	3
Carboidratos	1,4g	1
Proteínas	4,8	6
Gorduras Totais	4,9g	9
Gorduras Saturadas	2,9	13
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar		1
Sódio		3



Massas

Nossas massas são todas zero glúten, zero lactose e zero açúcar, sem conservantes. São muito nutritivas e saborosas.

Você pode escolher na sua pizza as seguintes opções:

MASSA DE BATATA-DOCE

Farinha de amêndoas, farinha de linhaça dourada, farinha de arroz, batata doce, ovos, óleo de coco, "psyllium", fermento, sal rosa do himalaia.



MASSA DE BATATA DOCE

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 25g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	68kcal = 284kj	3
Carboidratos	5,9g	2
Proteínas	2,2g	3
Gorduras Totais	3,9g	7
Gorduras Saturadas	1,2g	5
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,9g	3
Sódio	18mg	0,7

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** Valor diário não estabelecido.

MASSA DE COUVE-FLOR

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 25g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	66kcal = 276kJ	3
Carboidratos	5,5g	2
Proteínas	2,2g	3
Gorduras Totais	3,9g	7
Gorduras Saturadas	1,2g	5
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,9g	3
Sódio	18mg	0,7

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** Valor diário não estabelecido.

MASSA DE COUVE-FLOR

Farinha de amêndoas, farinha de linhaça dourada, farinha de arroz, couve-flor, ovos, óleo de coco, "psyllium", fermento, sal rosa do himalaia.



Pizzas

CLÁSSICAS

ABOBRINHA COM RICOTA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	71kcal = 297kj	3
Carboidratos	1,9g	1
Proteínas	3,3g	4
Gorduras Totais	5,5g	10
Gorduras Saturadas	3,2g	14
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,2g	1
Sódio	62mg	2

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

MARGUERITA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	71kcal = 297kj	3
Carboidratos	1,9g	1
Proteínas	3,6g	5
Gorduras Totais	5,4g	9
Gorduras Saturadas	2,9g	12
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,2g	1
Sódio	86mg	3

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

FRANGO COM RICOTA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	69kcal = 288kj	3
Carboidratos	1,4g	1
Proteínas	4,8g	6
Gorduras Totais	4,9g	9
Gorduras Saturadas	2,9g	13
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,1g	1
Sódio	71mg	3

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

ALHO ASSADO		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	77kcal = 322kj	4
Carboidratos	2,7g	1
Proteínas	4g	5
Gorduras Totais	5,6g	10
Gorduras Saturadas	3,1g	14
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,3g	1
Sódio	92mg	4

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

PORTUGUESA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	74kcal = 309kj	3,7
Carboidratos	2,5g	1
Proteínas	3,8g	5
Gorduras Totais	5,4g	9
Gorduras Saturadas	2,4g	10
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,6g	3
Sódio	129mg	5

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

3 QUEIJOS		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	88kcal = 368kj	4
Carboidratos	1,7g	1
Proteínas	5g	6
Gorduras Totais	6,7g	12
Gorduras Saturadas	4,1g	18
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,1g	0,7
Sódio	102mg	4,2

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

BRÓCOLIS COM ALHO		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	60kcal = 251kj	3
Carboidratos	2,6g	1
Proteínas	3,2g	4
Gorduras Totais	4g	7
Gorduras Saturadas	2,1g	9
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,6g	2
Sódio	86mg	2

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

Pizzas PREMIUM

CAMARÃO COM RICOTA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	78kcal = 326kj	4
Carboidratos	1,6g	1
Proteínas	5,4g	7
Gorduras Totais	5,5g	10
Gorduras Saturadas	3,3g	15
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,1g	1
Sódio	81mg	3

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

PRESUNTO DE PARMA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	76kcal = 330kj	3
Carboidratos	1,9g	0,5
Proteínas	6,7g	8
Gorduras Totais	5,1g	9
Gorduras Saturadas	2,8g	12
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,2g	1
Sódio	118mg	4

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

PEITO DE PERU COM RICOTA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	78kcal = 326kj	4
Carboidratos	1,4g	1
Proteínas	5,2g	7
Gorduras Totais	5,7g	10
Gorduras Saturadas	3,1g	14
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,3g	1
Sódio	80mg	3

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

PALMITO COM RICOTA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	61kcal = 257kj	3
Carboidratos	1,9g	1
Proteínas	3,1g	4
Gorduras Totais	4,5g	8
Gorduras Saturadas	2,7g	12
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,4g	2
Sódio	100mg	4

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

CAPRESE

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	74kcal = 309kj	8,15
Carboidratos	1,1g	1
Proteínas	4,8g	4
Gorduras Totais	5,4g	9
Gorduras Saturadas	7,4g	18
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,1g	1
Sódio	137mg	5

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

QUEIJO DE CABRA COM TOMATES CONFIT

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	94kcal = 393kj	4
Carboidratos	1,6g	1
Proteínas	5,2g	6
Gorduras Totais	6,6g	12
Gorduras Saturadas	3g	18
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,53g	0,7
Sódio	135mg	5

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

MIX DE COGUMELOS

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	72kcal = 301kj	4
Carboidratos	2,7g	1
Proteínas	3,8g	5
Gorduras Totais	5g	9
Gorduras Saturadas	2,8g	12
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,5g	2
Sódio	130mg	5

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

Pizzas VEGANAS

MASSA VEGANA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 25g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	56kcal = 234kj	3
Carboidratos	0,5g	1
Proteínas	1,5g	2
Gorduras Totais	3,3g	6
Gorduras Saturadas	0,4g	2
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,9g	3
Sódio	9,8mg	0,4

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

ALHO ASSADO		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	77kcal = 322kj	4
Carboidratos	2,7g	1
Proteínas	4g	5
Gorduras Totais	5,6g	10
Gorduras Saturadas	3,1g	14
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,3g	1
Sódio	92mg	4

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

PORTUGESA VEGANA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	73kcal = 305kj	4
Carboidratos	5,7g	2
Proteínas	0,7g	1
Gorduras Totais	5,2g	9
Gorduras Saturadas	1,3g	6
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,7g	3
Sódio	118mg	5

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

ABOBRINHA VEGANA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	85kcal = 355kj	4
Carboidratos	6,4g	2
Proteínas	0,8g	1
Gorduras Totais	6,2g	11
Gorduras Saturadas	1,6g	7
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,4g	1
Sódio	52mg	2

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

MARGUERITA VEGANA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	92kcal = 348kj	5
Carboidratos	7,1g	2
Proteínas	6,7g	1
Gorduras Totais	6,7g	12
Gorduras Saturadas	1,8g	8
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,3g	1
Sódio	63mg	2

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

BRÓCOLIS COM ALHO VEGANO		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	72kcal = 301kj	4
Carboidratos	6g	2
Proteínas	1,1g	1
Gorduras Totais	4,7g	8
Gorduras Saturadas	1,3g	6
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,7g	3
Sódio	43mg	1

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

MIX DE COGUMELOS VEGANO		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	87kcal = 364kj	4
Carboidratos	6,9g	2
Proteínas	1,2g	2
Gorduras Totais	6g	10
Gorduras Saturadas	1,8g	8
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,6g	2
Sódio	110mg	4

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

PALMITO VEGANO		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	69kcal = 288kj	3
Carboidratos	5,6g	2
Proteínas	0,9g	1
Gorduras Totais	4,6g	8
Gorduras Saturadas	1,3g	6
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,7g	3
Sódio	102mg	4

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

Pizzas

DOCES E SOBREMESAS

BEIJINHO DE COCO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	157kcal = 659kj	22
Carboidratos	7,4g	8
Proteínas	1g	1
Gorduras Totais	13g	24
Gorduras Saturadas	11g	57
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	1g	4
Sódio	14mg	1

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

CHOCOLATE

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	77kcal = 322kj	4
Carboidratos	13g	4
Proteínas	2,1g	3
Gorduras Totais	1,7g	3
Gorduras Saturadas	0,8g	4
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	3,3g	13
Sódio	2,6mg	1

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

PRESTÍGIO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	117kcal = 489kj	6
Carboidratos	10g	3
Proteínas	1,5g	2
Gorduras Totais	7,7g	14
Gorduras Saturadas	6,2g	28
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	2,2g	9
Sódio	8,3mg	1

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

ROMEU E JULIETA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	125kcal = 523kj	6
Carboidratos	19g	6
Proteínas	3,9g	5
Gorduras Totais	3,6g	7
Gorduras Saturadas	2,3g	10
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,9g	4
Sódio	62mg	3

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

BANANA COM CANELA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	164kcal = 686kj	8
Carboidratos	33g	11
Proteínas	2,1g	2,8
Gorduras Totais	2,6g	4,7
Gorduras Saturadas	1,6g	7,4
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,2g	1
Sódio	53mg	2

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

DOCE DE LEITE COM AMÊNDOAS

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	55kcal = 230kj	2,77
Carboidratos	7,9g	0,39
Proteínas	1,7g	0,08
Gorduras Totais	2,7g	0,13
Gorduras Saturadas	0,86g	0,04
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,35g	0,01
Sódio	50,6mg	2,5

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.

COOKIE ABSURDO FIT

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1 fatia)

	Quantidade por Porção	%VD*
Valor Calórico	59kcal = 246kj	2,95
Carboidratos	4,1g	0,2
Proteínas	0,9g	0,04
Gorduras Totais	4,9g	0,24
Gorduras Saturadas	2,1g	0,01
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0,8g	0,04
Sódio	0,1mg	0,005

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
** Valor diário não estabelecido.



NUTRITIONAL TABLE



Guilt free order!

Talk to our call center:

2042-9955



  fitdefatopizzaria
www.fitdefatopizzaria.com.br

DO YOU KNOW HOW CALCULATE THE NUTRITIONAL VALUE of your Fit de Fato?

TO CALCULATE THE NUTRITIONAL
VALUE OF THE CALORIES IN YOUR
PIZZA IS VERY SIMPLE AND JUST
FOLLOW THIS RULE:

SUM OF NUTRITIONAL VALUES OF
THE PIZZA DOUGH



SUM OF NUTRITIONAL VALUES OF
THE PIZZA FILLING

**NUTRITIONAL VALUE OF
THE SLICE**

IF YOUR PASTA IS CAULIFLOWER (66) AND YOUR FILLING IS CHICKEN WITH RICOTTA
CREAM (69), THE NUTRITIONAL VALUE OF YOUR PIECE WILL BE 135.

THE CALCULATED VALUE REFERS TO THE CALORIC VALUE

MASSA DE COUVE-FLORES		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 25g (1 fatia)		
	Quantidade por porção	%VDI(*)
Valor calórico	66kcal = 276kJ	3
Carboidratos	5,5g	2
Proteínas	2,2g	3
Gorduras Totais	3,9g	7
Gorduras Saturadas	1,2g	5
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar		3
Sódio		0,7

FRANGO COM RICOTA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 50g (1 fatia)		
	Quantidade por porção	%VDI(*)
Valor calórico	69kcal = 288kJ	3
Carboidratos	1,4g	1
Proteínas	4,8g	6
Gorduras Totais	4,9g	9
Gorduras Saturadas	2,9g	13
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar		1
Sódio		3



Pizza Dough

Our pasta is all zero gluten, zero lactose and zero sugar, without preservatives. They are very nutritious and tasty.

You can choose from the following options on your pizza:

SWEET POTATO MASS

Almond flour, golden linseed flour, rice flour, sweet potato, eggs, coconut oil, "psyllium", yeast, Himalayan pink salt.



SWEET POTATO MASS		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 25g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	68kcal = 284kj	3
carbohydrates	5,9g	2
Proteins	2,2g	3
Total Fat	3,9g	7
Saturated Fat	1,2g	5
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,9g	3
Sodium	18mg	0,7

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

CAULIFLOWER PASTA

NUTRITIONAL INFORMATION

Portion of 25g (1 slice)

	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	66kcal = 276kJ	3
carbohydrates	5,5g	2
Proteins	2,2g	3
Total Fat	3,9g	7
Saturated Fat	1,2g	5
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,9g	3
Sodium	18mg	0,7

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.

**Daily value not established.

CAULIFLOWER MASS

Almond flour, golden linseed flour, rice flour, cauliflower, eggs, coconut oil, "psyllium", yeast, Himalayan pink salt.



CLASSIC

Pizzas

ZUCCHINI WITH RICOTTA		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	71kcal = 297kj	3
carbohydrates	1,9g	1
Proteins	3,3g	4
Total Fat	5,5g	10
Saturated Fat	3,2g	14
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,2g	1
Sodium	62mg	2

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

MARGHERITA		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	71kcal = 297kj	3
carbohydrates	1,9g	1
Proteins	3,6g	5
Total Fat	5,4g	9
Saturated Fat	2,9g	12
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,2g	1
Sodium	86mg	3

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

RICOTTA CHICKEN		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	69kcal = 288kj	3
carbohydrates	1,4g	1
Proteins	4,8g	6
Total Fat	4,9g	9
Saturated Fat	2,9g	13
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,1g	1
Sodium	71mg	3

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

BAKED GARLIC		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	77kcal = 322kj	4
carbohydrates	2,7g	1
Proteins	4g	5
Total Fat	5,6g	10
Saturated Fat	3,1g	14
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,3g	1
Sodium	92mg	4

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

PORTUGUESE		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	74kcal = 309kj	3,7
carbohydrates	2,5g	1
Proteins	3,8g	5
Total Fat	5,4g	9
Saturated Fat	2,4g	10
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,6g	3
Sodium	129mg	5

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

3 CHEESES		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	88kcal = 368kj	4
carbohydrates	1,7g	1
Proteins	5g	6
Total Fat	6,7g	12
Saturated Fat	4,1g	18
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,1g	0,7
Sodium	102mg	4,2

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

BROCCOLI WITH GARLIC		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	60kcal = 251kj	3
carbohydrates	2,6g	1
Proteins	3,2g	4
Total Fat	4g	7
Saturated Fat	2,1g	9
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,6g	2
Sodium	86mg	2

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

PREMIUM

Pizzas

SHRIMP WITH RICOTTA

NUTRITIONAL INFORMATION

Portion of 50g (1 slice)

	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	78kcal = 326kj	4
carbohydrates	1,6g	1
Proteins	5,4g	7
Total Fat	5,5g	10
Saturated Fat	3,3g	15
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,1g	1
Sodium	81mg	3

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

PARMA HAM

NUTRITIONAL INFORMATION

Portion of 50g (1 slice)

	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	76kcal = 330kj	3
carbohydrates	1,9g	0,5
Proteins	6,7g	8
Total Fat	5,1g	9
Saturated Fat	2,8g	12
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,2g	1
Sodium	118mg	4

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

TURKEY BREAST WITH RICOTTA

NUTRITIONAL INFORMATION

Portion of 50g (1 slice)

	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	78kcal = 326kj	4
carbohydrates	1,4g	1
Proteins	5,2g	7
Total Fat	5,7g	10
Saturated Fat	3,1g	14
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,3g	1
Sodium	80mg	3

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

HEARTS OF PALM WITH RICOTTA

NUTRITIONAL INFORMATION

Portion of 50g (1 slice)

	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	61kcal = 257kj	3
carbohydrates	1,9g	1
Proteins	3,1g	4
Total Fat	4,5g	8
Saturated Fat	2,7g	12
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,4g	2
Sodium	100mg	4

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

CAPRESE

NUTRITIONAL INFORMATION

Portion of 50g (1 slice)

	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	74kcal = 309kj	8,15
carbohydrates	1,1g	1
Proteins	4,8g	4
Total Fat	5,4g	9
Saturated Fat	7,4g	18
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,1g	1
Sodium	137mg	5

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

GOAT CHEESE WITH CONFIT TOMATOES

NUTRITIONAL INFORMATION

Portion of 50g (1 slice)

	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	94kcal = 393kj	4
carbohydrates	1,6g	1
Proteins	5,2g	6
Total Fat	6,6g	12
Saturated Fat	3g	18
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,53g	0,7
Sodium	135mg	5

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

MUSHROOM MIX

NUTRITIONAL INFORMATION

Portion of 50g (1 slice)

	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	72kcal = 301kj	4
carbohydrates	2,7g	1
Proteins	3,8g	5
Total Fat	5g	9
Saturated Fat	2,8g	12
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,5g	2
Sodium	130mg	5

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

VEGAN

Pizzas

VEGAN PASTA		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 25g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	56kcal = 234kj	3
carbohydrates	0,5g	1
Proteins	1,5g	2
Total Fat	3,3g	6
Saturated Fat	0,4g	2
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,9g	3
Sodium	9,8mg	0,4

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

BAKED GARLIC		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	77kcal = 322kj	4
carbohydrates	2,7g	1
Proteins	4g	5
Total Fat	5,6g	10
Saturated Fat	3,1g	14
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,3g	1
Sodium	92mg	4

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

PORTUGUESE VEGAN		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	73kcal = 305kj	4
carbohydrates	5,7g	2
Proteins	0,7g	1
Total Fat	5,2g	9
Saturated Fat	1,3g	6
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,7g	3
Sodium	118mg	5

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

VEGAN ZUCCHINI		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	85kcal = 355kj	4
carbohydrates	6,4g	2
Proteins	0,8g	1
Total Fat	6,2g	11
Saturated Fat	1,6g	7
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,4g	1
Sodium	52mg	2

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

VEGAN MARGARITA		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	92kcal = 348kj	5
carbohydrates	7,1g	2
Proteins	6,7g	1
Total Fat	6,7g	12
Saturated Fat	1,8g	8
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,3g	1
Sodium	63mg	2

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

VEGAN GARLIC BROCCOLI		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	72kcal = 301kj	4
carbohydrates	6g	2
Proteins	1,1g	1
Total Fat	4,7g	8
Saturated Fat	1,3g	6
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,7g	3
Sodium	43mg	1

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

VEGAN MUSHROOM MIX		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	87kcal = 364kj	4
carbohydrates	6,9g	2
Proteins	1,2g	2
Total Fat	6g	10
Saturated Fat	1,8g	8
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,6g	2
Sodium	110mg	4

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

VEGAN HEARTS OF PALM		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	69kcal = 288kj	3
carbohydrates	5,6g	2
Proteins	0,9g	1
Total Fat	4,6g	8
Saturated Fat	1,3g	6
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,7g	3
Sodium	102mg	4

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

Sweet Pizzas AND DESSERTS

COCONUT KISS "CANDY"		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	157kcal = 659kj	22
carbohydrates	7,4g	8
Proteins	1g	1
Total Fat	13g	24
Saturated Fat	11g	57
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	1g	4
Sodium	14mg	1

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

CHOCOLATE		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	77kcal = 322kj	4
carbohydrates	13g	4
Proteins	2,1g	3
Total Fat	1,7g	3
Saturated Fat	0,8g	4
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	3,3g	13
Sodium	2,6mg	1

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

PRESTIGE		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	117kcal = 489kj	6
carbohydrates	10g	3
Proteins	1,5g	2
Total Fat	7,7g	14
Saturated Fat	6,2g	28
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	2,2g	9
Sodium	8,3mg	1

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

CHEESE AND GUAVA		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	125kcal = 523kj	6
carbohydrates	19g	6
Proteins	3,9g	5
Total Fat	3,6g	7
Saturated Fat	2,3g	10
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,9g	4
Sodium	62mg	3

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

BANANA WITH CINNAMON		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	164kcal = 686kj	8
carbohydrates	33g	11
Proteins	2,1g	2,8
Total Fat	2,6g	4,7
Saturated Fat	1,6g	7,4
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,2g	1
Sodium	53mg	2

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

MILK JAM WITH ALMONDS		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	55kcal = 230kj	2,77
carbohydrates	7,9g	0,39
Proteins	1,7g	0,08
Total Fat	2,7g	0,13
Saturated Fat	0,86g	0,04
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,35g	0,01
Sodium	50,6mg	2,5

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.

ABSURD FIT COOKIE		
NUTRITIONAL INFORMATION		
Portion of 50g (1 slice)		
	Amount per serving	%VD*
Calorific Value	59kcal = 246kj	2,95
carbohydrates	4,1g	0,2
Proteins	0,9g	0,04
Total Fat	4,9g	0,24
Saturated Fat	2,1g	0,01
Trans Fats	0g	**
Dietary Fiber	0,8g	0,04
Sodium	0,1mg	0,005

* % Reference Daily Values based on a 2000kcal or 8400 kJ diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your energy needs.
**Daily value not established.