



Informações Nutricionais
Spedini Trattoria Expressa

Saladas

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

INSALATA COM MIGNON		
Porção de 310 g Unidade Grande (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	150 kcal = 630 kJ	7
Carboidratos	5,3 g	2
Proteínas	15 g	20
Gorduras Totais	7,3 g	13
Gordura Saturadas	2,2 g	10
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	1,8 g	7
Sódio	767 g	32

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

INSALATA CAESER GRANDE		
Porção de 250 g Unidade Grande (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	166 kcal = 697 kJ	8
Carboidratos	3 g	1
Proteínas	22 g	29
Gorduras Totais	7,2 g	13
Gordura Saturadas	1,5 g	7
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	2 g	8
Sódio	449 mg	19

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

INSALATA COM SALMÃO		
Porção de 523 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	405 Kcal = 1701 kJ	20
Carboidratos	20 g	7
Proteínas	44 g	59
Gorduras Totais	16 g	29
Gordura Saturadas	2,5 g	11
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3,8 g	15
Sódio	1325 mg	55

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

INSALATA CAESER PEQUENA		
Porção de 130 g Unidade pequena (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	98 kcal = 412 kJ	5
Carboidratos	1,5 g	0
Proteínas	13 g	17
Gorduras Totais	4,3 g	8
Gordura Saturadas	0,9 g	4
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0,8 g	3
Sódio	266 mg	11

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

INSALATA COM PEITO DE PERU		
Porção de 492 g Unidade Grande (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	336 kcal = 1411 kJ	17
Carboidratos	37 g	12
Proteínas	14 g	19
Gorduras Totais	14 g	25
Gordura Saturadas	5,7 g	26
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	6,4 g	25
Sódio	1045 mg	43

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

INSALATA SPEDINI		
Porção de 115g Unidade (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	16,5 kcal = 69 kJ	0,8
Carboidratos	3,96 g	1,3
Proteínas	1,395 g	1,9
Gorduras Totais	0,2 g	0,4
Gordura Saturadas	0	
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	2,205 g	8,82
Sódio	4,24 mg	0,2

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MINI SALADA		
Porção de 50g Unidade (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	7,3 kcal = 30,5 kJ	0,4
Carboidratos	1,8 g	0,6
Proteínas	0,6 g	0,8
Gorduras Totais	0,082 g	0,1
Gordura Saturadas	0	
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0,961 g	0,3844
Sódio	1,9 mg	0,1

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Acompanhamentos de Salada

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

MOLHO ITALIANO		
Porção de 50 ml Salada Pequena (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	238 kcal = 1000 kJ	12
Carboidratos	1,5 g	0
Proteínas	0	0
Gorduras Totais	26 g	47
Gordura Saturadas	3,6 g	16
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	491 mg	20

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MOLHO ROSÉ		
Porção de 50 ml Salada Pequena (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	75 kcal = 315 kJ	4
Carboidratos	9,1 g	3
Proteínas	0	0
Gorduras Totais	4,3 g	8
Gordura Saturadas	0,4 g	0
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	333 mg	14

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MOLHO DE QUEIJO		
Porção de 50 ml Salada Pequena (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	65 kcal = 273 kJ	0
Carboidratos	1,9 g	1
Proteínas	4,2 g	6
Gorduras Totais	4,5 g	8
Gordura Saturadas	4 g	18
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	121 mg	5

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MOLHO DE MARACUJÁ		
Porção de 50 ml Salada Pequena (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	83 kcal = 349 kJ	4
Carboidratos	8,8 g	3
Proteínas	0	0
Gorduras Totais	5,3 g	10
Gordura Saturadas	2,2 g	10
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	137 mg	6

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Acompanhamentos de Salada

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

CHESTER		
Porção de 40 g Salada grande (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	60 kcal = 252 kJ	3
Carboidratos	2,2 g	0
Proteínas	4,8 g	6
Gorduras Totais	3,6 g	6
Gordura Saturadas	1 g	4
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	550 mg	23

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

CHAMPIGNON		
Porção de 40 g Salada grande (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	10 kcal = 42 kJ	0
Carboidratos	3 g	1
Proteínas	0,7 g	1
Gorduras Totais	0	0
Gordura Saturadas	0	0
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0,6 g	2
Sódio	245 mg	10

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

CROUTONS		
Porção de 10 g Salada grande (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	39 kcal = 164 kJ	2
Carboidratos	8 g	3
Proteínas	1,1 g	1
Gorduras Totais	0	0
Gordura Saturadas	0	0
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	81 mg	3

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

CHESTER		
Porção de 20 g Salada pequena (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	30 kcal = 126 kJ	1
Carboidratos	1,1 g	0
Proteínas	2,4 g	3
Gorduras Totais	1,8 g	3
Gordura Saturadas	0,5 g	2
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	3
Sódio	275 mg	11

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

CHAMPIGNON		
Porção de 20 g Salada pequena (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	5 kcal = 21 kJ	0
Carboidratos	1,5 g	0
Proteínas	0	0
Gorduras Totais	0	0
Gordura Saturadas	0	0
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	122 mg	5

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

CROUTONS		
Porção de 5 g Salada pequena (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	19 kcal = 80 kJ	1
Carboidratos	4 g	1
Proteínas	0	0
Gorduras Totais	0	0
Gordura Saturadas	0	0
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	40 mg	2

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Massas

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

PENNE		
Porção de 200g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	476 kcal = 1999 kJ	24
Carboidratos	71 g	24
Proteínas	12 g	16
Gorduras Totais	16 g	29
Gordura Saturadas	2,3 g	10
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	364 mg	15

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

FETTUCCINE		
Porção de 200g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	476 kcal = 1999 kJ	24
Carboidratos	71 g	24
Proteínas	12 g	16
Gorduras Totais	16 g	29
Gordura Saturadas	2,3 g	10
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	364 mg	15

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

SPAGUETTI		
Porção de 200g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	476 kcal = 1999 kJ	24
Carboidratos	71 g	24
Proteínas	12 g	16
Gorduras Totais	16 g	29
Gordura Saturadas	2,3 g	10
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	364 mg	15

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

SPAGUETTI INTEGRAL		
Porção de 200g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	353 kcal = 1477 kJ	18
Carboidratos	53 g	18
Proteínas	10 g	13
Gorduras Totais	14 g	25,5
Gordura Saturadas	0,3 g	1,5
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	7	28
Sódio	364 mg	15

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PICOLLO MASSA SIMPLES**		
** OPÇÃO DE FETTUCCINI, PENNE OU SPAGHETTI		
Porção de 100 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	203,3 kcal = 850,6 kJ	10
Carboidratos	23,8g	8
Proteínas	7,7 g	10
Gorduras Totais	8,3 g	15
Gordura Saturadas	3,8 g	17
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0,66g	2,64
Sódio	323 g	13,5

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Massas Especiais

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

NHOQUE		
Porção de 300g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	475 kcal = 1994 kJ	24
Carboidratos	104 g	35
Proteínas	9 g	12
Gorduras Totais	2 g	3
Gordura Saturadas	0,45 g	2
Gordura Trans	0,34	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	5,3 g	21
Sódio	401 mg	17

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

RAVIOLI VERDE		
Porção 250 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	751 kcal = 3155 kJ	38
Carboidratos	100 g	33
Proteínas	33 g	45
Gorduras Totais	22g	40
Gordura Saturadas	10 g	44
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	4 g	18
Sódio	631 mg	26

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

CONCHIGLIONE DE REQUEIJÃO		
Porção de 210 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	591 kcal = 2472 kJ	22
Carboidratos	34 g	9
Proteínas	27,5 g	28
Gorduras Totais	38 g	53
Gordura Saturadas	18,3 g	64
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	2076 mg	66

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PANQUECA DE FRANGO		
Porção de 180 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	365 kcal = 1532 kJ	18
Carboidratos	28 g	9
Proteínas	21 g	28
Gorduras Totais	18 g	33
Gordura Saturadas	5 g	24
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	1,1 g	4
Sódio	1179 mg	49

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PANQUECA DE CARNE		
Porção de 180 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	322 kcal = 1350 kJ	16
Carboidratos	27 g	9
Proteínas	25 g	34
Gorduras Totais	12 g	22
Gordura Saturadas	4 g	19
Gordura Trans	1 g	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0,8 g	3
Sódio	768 mg	32

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

LASANHA QUATRO QUEIJOS		
Porção de 340 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	757 kcal = 3178 kJ	38
Carboidratos	60 g	20
Proteínas	32 g	43
Gorduras Totais	42 g	76
Gordura Saturadas	19 g	87
Gordura Trans	2	..
Fibra Alimentar	1,6 g	6
Sódio	1158 mg	48

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

RAVIOLI DE CARNE		
Porção de 250 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	613 kcal = 2574 kJ	31
Carboidratos	81 g	27
Proteínas	35 g	47
Gorduras Totais	14 g	26
Gordura Saturadas	4 g	17
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	4g	16
Sódio	699 mg	29

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Massas Especiais

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

LASANHA TRADICIONAL		
Porção de 340 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	597 kcal = 2507 kJ	30
Carboidratos	64 g	21
Proteínas	31 g	41
Gorduras Totais	23 g	42
Gordura Saturadas	10 g	44
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	2,8 g	11
Sódio	938 mg	39

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

LASANHA BOLONHESA		
Porção de 340 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	624 kcal = 2620 kJ	31
Carboidratos	69 g	23
Proteínas	44 g	59
Gorduras Totais	18g	32
Gordura Saturadas	5g	21
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	4,2 g	17
Sódio	641 mg	27

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

LASANHA DE FRANGO		
Porção de 340 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	628 kcal = 2638 kJ	31
Carboidratos	55 g	18
Proteínas	32 g	43
Gorduras Totais	30 g	54
Gordura Saturadas	10 g	47
Gordura Trans	1g	..
Fibra Alimentar	2,1 g	8
Sódio	1038 mg	43

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PANQUECA VEGETARIANA		
Porção de 150 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	277 kcal = 1163kJ	14
Carboidratos	25 g	8
Proteínas	10 g	13
Gorduras Totais	16 g	29
Gordura Saturadas	3 g	12
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	5,4 g	21
Sódio	355 mg	15

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PICOLLO DE NHOQUE		
Porção de 150 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	237 kcal = 997 kJ	12
Carboidratos	52 g	17
Proteínas	4 g	5
Gorduras Totais	1 g	2
Gordura	0,22 g	1
Saturadas		
Gordura Trans	0,17	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	2,6 g	10
Sódio	201 mg	8

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MEZZALUNA DE LIMONE		
Porção de 250g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	851 kcal = 3560kJ	38
Carboidratos	57g	18
Proteínas	45 g	58
Gorduras Totais	49 g	75
Gordura	24 g	107
Saturadas		
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3,6 g	6
Sódio	1125g	47

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Molhos e Acompanhamentos

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

MOLHO SUGO		
Porção de 180 ml (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	128 kcal = 537 kJ	6
Carboidratos	18 g	6
Proteínas	2,6 g	3
Gorduras Totais	5 g	9
Gordura Saturadas	0,5 g	2
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3,1 g	12
Sódio	465 mg	19

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MOLHO BRANCO DA CASA		
Porção de 180 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	355 kcal = 1491 kJ	18
Carboidratos	16 g	5
Proteínas	9,7 g	13
Gorduras Totais	25 g	45
Gordura Saturadas	13 g	59
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	1135 mg	47

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MOLHO QUATRO QUEIJOS		
Porção 180 ml (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	360 kcal = 1512 kJ	18
Carboidratos	18 g	6
Proteínas	16 g	21
Gorduras Totais	25 g	45
Gordura Saturadas	14 g	64
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	738 mg	31

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MOLHO BRANCO		
Porção de 180 ml (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	253 kcal = 1063 kJ	13
Carboidratos	19 g	6
Proteínas	6,8 g	9
Gorduras Totais	16 g	29
Gordura Saturadas	9,5 g	43
Gordura Trans	0	0
Fibra Alimentar	0	VD não estabelecido
Sódio	442 mg	18

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MOLHO FUNGHI		
Porção 180 ml (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	236 kcal = 991 kJ	12
Carboidratos	19 g	6
Proteínas	5,4 g	7
Gorduras Totais	15 g	27
Gordura Saturadas	8,9 g	40
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3 g	12
Sódio	391 mg	16

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MOLHO BOLONHESA		
Porção 180 ml (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	309 kcal = 1298 kJ	15
Carboidratos	17 g	6
Proteínas	30 g	40
Gorduras Totais	13 g	24
Gordura Saturadas	2,4 g	11
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	2,8 g	11
Sódio	854 g	36

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Molhos e Acompanhamentos

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

MOLHO MADEIRA		
Porção de 100 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	43 kcal = 181 kJ	0
Carboidratos	4,8 g	2
Proteínas	4 g	5
Gorduras Totais	0,9 g	2
Gordura Saturadas	0,6 g	3
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	322 mg	13

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

QUEIJO PARMESÃO		
Porção de 5 g Saladas e Massas (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	20 kcal = 84 kJ	1
Carboidratos	0	0
Proteínas	1,7 g	2
Gorduras Totais	1,4 g	2
Gordura Saturadas	0,9 g	4
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	51 mg	2

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PORÇÃO DE ARROZ BRANCO		
Porção de 200 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	287 kcal = 1205 kJ	14
Carboidratos	65 g	22
Proteínas	4 g	5
Gorduras Totais	1,2 g	2
Gordura Saturadas	1 g	4
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	1,2 g	5
Sódio	4 mg	0

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PORÇÃO DE BATATA FRITA		
Porção de 150 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	194 kcal = 815 kJ	9,7
Carboidratos	33,5 g	11
Proteínas	3,5 g	5
Gorduras Totais	5 g	9
Gordura Saturadas	0,5 g	2
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	7	28
Sódio	116,5 mg	5

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

LEGUMES NA MANTEIGA		
Porção de 120 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	29,97kcal = 125,3 kJ	1,5
Carboidratos	2,28 g	0,76
Proteínas	0,76 g	1
Gorduras Totais	1,97 g	3,6
Gordura Saturadas	-	
Gordura Trans	0g	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	1,36g	5,44
Sódio	1,58 mg	0,1

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Molhos e Acompanhamentos

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

PORÇÃO DE POLENTA FRITA		
Porção de 160 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	168,16 kcal = 703,5kJ	8,4
Carboidratos	37,28 g	12
Proteínas	3,68 g	5
Gorduras Totais	0,48 g	0,9
Gordura Saturadas	1 g	4,5
Gordura Trans	0g	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3,84g	14
Sódio	707,2mg	29,5

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

ARROZ A GREGA		
Porção de 245 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	280,36 kcal = 1173kJ	14
Carboidratos	59,61 g	20
Proteínas	5,55 g	7,4
Gorduras Totais	2,23 g	4
Gordura Saturadas	-	-
Gordura Trans	0g	VD não estabelecido
Colesterol	4,28g	1,4
Fibra Alimentar	4,19	17
Sódio	2,19 mg	0,1

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PURÊ DE BATATA		
Porção de 100 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	120,89kcal = 505.8kJ	6
Carboidratos	11,9 g	4
Proteínas	1,47 g	2
Gorduras Totais	7,2 g	13
Gordura Saturadas	-	-
Gordura Trans	0g	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	1,28g	5
Sódio	8,32 mg	0,3

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Risotos

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

RISOTO FUNGHI		
Porção de 417 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	626 kcal = 2629 kJ	31
Carboidratos	86 g	29
Proteínas	13 g	17
Gorduras Totais	25 g	45
Gordura Saturadas	15 g	68
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	4,8 g	19
Sódio	540 g	22

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

RISOTO MILÂNES		
Porção de 417 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	620 kcal = 2604 kJ	31
Carboidratos	88 g	29
Proteínas	12 g	16
Gorduras Totais	24 g	44
Gordura Saturadas	14 g	64
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	1,6 g	6
Sódio	885 mg	37

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

RISOTO ITALIANO		
Porção de 417 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	675 kcal = 2835 kJ	34
Carboidratos	94 g	31
Proteínas	18 g	24
Gorduras Totais	25 g	45
Gordura Saturadas	6,4 g	29
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	6,2 g	26
Sódio	907 mg	38

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Piatti Spedini

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

PENNE À SPEDINI		
Porção de 455 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	973 kcal = 4087 kJ	49
Carboidratos	97 g	32
Proteínas	54 g	72
Gorduras Totais	41 g	74
Gordura Saturadas	16 g	73
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	2,9 g	12
Sódio	1686 mg	70

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

GNOCCHI À SPEDINI		
Porção de 455 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	894 kcal = 3740 kJ	45
Carboidratos	72 g	24
Proteínas	59 g	79
Gorduras Totais	39 g	71
Gordura Saturadas	15 g	68
Gordura Trans	0,23	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3,6 g	15
Sódio	1068 mg	44

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

ESCONDIDINHO À SPEDINI		
Porção de 445g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	822,38 kcal = 3440kJ	41,1
Carboidratos	58,92g	19,6
Proteínas	33,21g	44,3
Gorduras Totais	48,1g	87,5
Gordura Saturadas	9,3g	42,3
Gordura Trans	0g	VD não estabelecido
Colesterol	34,24g	11,4
Fibra Alimentar	6,14g	24,56
Sódio	1623,24mg	67,6

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Carnes

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

SALMÃO		
Porção de 180 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	289 kcal = 1214 kJ	14
Carboidratos	0	0
Proteínas	36 g	48
Gorduras Totais	16 g	29
Gordura Saturadas	2,5 g	11
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	849 mg	35

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

FRANGO		
Porção de 150 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	226 kcal = 949 kJ	11
Carboidratos	0,8 g	0
Proteínas	32 g	43
Gorduras Totais	10 g	18
Gordura Saturadas	2,2 g	10
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	657 mg	27

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MEDALHÃO DE MIGNON		
Porção de 200 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	200 kcal = 836,8 kJ	10
Carboidratos	0,9 g	0,3
Proteínas	22 g	29
Gorduras Totais	11 g	20
Gordura Saturadas	3,6 g	16
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	878 mg	36

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PICANHA		
Porção de 200 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	432 kcal = 1807,5 kJ	21
Carboidratos	0	0
Proteínas	43 g	57
Gorduras Totais	29 g	52
Gordura Saturadas	11 g	50
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	508,8 mg	21

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

FILETTO		
Porção de 150 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	267 kcal = 1121 kJ	13
Carboidratos	0	0
Proteínas	32 g	43
Gorduras Totais	15 g	27
Gordura Saturadas	4,5 g	20
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	814 mg	34

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

FILETTO À PARMEGIANA		
Porção de 320 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	568 kcal = 2386 kJ	28
Carboidratos	33 g	11
Proteínas	44 g	59
Gorduras Totais	29 g	53
Gordura Saturadas	8,2 g	37
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	2,7	11
Sódio	1493 mg	62

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

POLPETA TRADICIONAL		
Porção de 140 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	302 kcal = 1269 kJ	15
Carboidratos	27 g	9
Proteínas	28 g	37
Gorduras Totais	9 g	17
Gordura Saturadas	3 g	16
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	1,2 g	5
Sódio	389 mg	16

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

POLPETA NAPOLITANA		
Porção de 140 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	285 kcal = 1197 kJ	14
Carboidratos	26 g	9
Proteínas	26 g	35
Gorduras Totais	8 g	15
Gordura Saturadas	3 g	14
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	1,2 g	5
Sódio	385 g	16

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Carnes

Spedini Trattoria Expressa



* Os valores das tabelas são referentes aos pratos separados. Uma vez que o cliente solicitar uma refeição "combinada", deverá realizar a soma dos pratos para encontrar o valor calórico total.

FRANGO À PARMEGIANA		
Porção de 320 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	527 kcal = 2213 kJ	26
Carboidratos	34 g	11
Proteínas	44 g	57
Gorduras Totais	24 g	44
Gordura Saturadas	5,9 g	27
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3,5	14
Sódio	1337 mg	56

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

POLPETA À PARMEGIANA		
Porção de 240 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	389 kcal = 1634 kJ	19
Carboidratos	34 g	11
Proteínas	27 g	36
Gorduras Totais	16 g	29
Gordura Saturadas	4,8 g	22
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	2,8 g	11
Sódio	676 mg	28

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PURÊ TOSTATO DE FRANGO		
Porção de 250g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	405,89kcal = 1698kJ	20,3
Carboidratos	13,86g	4,6
Proteínas	40,46g	54,2
Gorduras Totais	20,76g	37,7
Gordura Saturadas	4,62g	21,1
Gordura Trans	0,24g	0,44
Fibra Alimentar	1,63g	6,52
Sódio	382,43mg	15,9

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

PURÊ TOSTATO DE CARNE		
Porção de 335g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	528kcal = 2209 kJ	26,4
Carboidratos	23,9g	8
Proteínas	22,07g	29,4
Gorduras Totais	31,5g	57,3
Gordura Saturadas	7,98g	36,3
Gordura Trans	0,1g	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	1,88g	7,52
Sódio	443,92mg	18,5

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MEATBALLS		
Porção de 140 g (01 Porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	260,4kcal = 1089,5kJ	13
Carboidratos	3,36g	1,1
Proteínas	16,8g	22,4
Gorduras Totais	14,6g	26,5
Gordura Saturadas	6,72g	30,5
Gordura Trans	0g	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0,7g	2,8
Sódio	548,8mg	23

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Sopas

Spedini Trattoria Expressa



* Pratos específicos para a ação promocional de Inverno.

PÃO ITALIANO		
300g (01 porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	780 Kcal = 3263 kJ	39
Carboidratos	150 g	50
Proteínas	26,4 g	35
Gorduras Totais	10,5 g	19
Gordura Saturadas	0	VD não estabelecido
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	9,6 g	38
Sódio	1650 mg	69

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

SOPA CREME DE MILHO		
400 ml (01 porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	221 Kcal = 925 kJ	11
Carboidratos	23 g	7,7
Proteínas	16 g	21
Gorduras Totais	7,5 g	13,5
Gordura Saturadas	4 g	18
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3,5 g	14
Sódio	1693 mg	70

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

SOPA MANDIOQUINHA COM CAPELETTI		
400ml (01 porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	362,5 Kcal = 1516 kJ	18
Carboidratos	41,25 g	14
Proteínas	9,6 g	13
Gorduras Totais	10,4 g	19
Gordura Saturadas	0,96 g	4,4
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3,2 g	13
Sódio	1021,25 mg	42

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

SOPA CALDO DE VERDE		
400 ml (01 porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	295 Kcal = 1234 kJ	15
Carboidratos	30 g	10
Proteínas	6 g	8
Gorduras Totais	16 g	29
Gordura Saturadas	3 g	13,5
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	3,3 g	13
Sódio	1793 mg	75

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

SOPA DE PALMITO		
400ml (1 porção)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	434,15Kcal = 1816kJ	22
Carboidratos	40,53g	13,5
Proteínas	14,31g	19
Gorduras Totais	35,4g	64
Gordura Saturadas	12,11g	55
Gordura Trans	0	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	5,3g	21
Sódio	1556mg	65

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.