

Produto

Energia *Carb.* *Prot.* *G.Total* *G.Sat.* *G.Trans.* *Colest.* *Fibra* *Sódio* *Cálcio* *Ferro*
 (kcal) (g) (g) (g) (g) (g) (mg) (g) (mg) (mg) (mg)

Sandwiches

Big Tasty	843	45	41	55	24	1,7	104	5,1	1543	381	8,2
	42%	15%	55%	100%	109%		35%	20%	64%	48%	59%
Big Mac	504	41	25	27	12	0,5	54	3,5	1023	192	6,5
	25%	14%	33%	49%	55%		18%	14%	43%	24%	46%
Cheddar McMelt	507	33	29	29	14	1,2	81	2,9	873	199	10
	25%	11%	39%	53%	64%		27%	12%	36%	25%	71%
Cheeseburger	309	31	15	14	7,0	0,4	31	1,9	825	146	4,2
	15%	10%	20%	25%	32%		10%	8%	34%	18%	30%
Chicken Grill	454	33	34	21	3,8	0,1	71	1,9	908	90	4,3
	23%	11%	45%	38%	17%		24%	8%	38%	11%	31%
Crispy Chicken	524	43	24	28	5,7	1,6	36	3,4	1276	68	4,7
	26%	14%	32%	51%	26%		12%	14%	53%	9%	34%
Hamburger	256	31	13	9,3	4,1	0,3	22	1,9	585	70	4,2
	13%	10%	17%	17%	19%		7%	8%	24%	9%	30%
McChicken	393	40	17	18	4,0	1,1	53	3,1	962	104	5,6
	20%	13%	23%	33%	18%		18%	12%	40%	13%	40%
McChicken Junior	403	35	13	23	5,1	1,2	45	2,1	744	83	3,9
	20%	12%	17%	42%	23%		15%	8%	31%	10%	28%
McDuplo	405	31	22	21	11	0,5	53	2,3	946	170	5,3
	20%	10%	29%	38%	50%		18%	9%	39%	21%	38%
McFish	355	37	15	16	4,6	1,1	33	2,3	700	125	3,6
	18%	12%	20%	29%	21%		11%	9%	29%	16%	26%
McNífico	587	38	30	35	14	1,2	79	4,2	1129	208	11
	29%	13%	40%	64%	64%		26%	17%	47%	26%	79%
McNífico Bacon	619	38	34	37	16	1,3	93	4	1310	209	11
	31%	13%	45%	67%	73%		31%	16%	55%	26%	79%
Quarterão com Queijo	558	36	32	32	16	1,3	86	3,5	1287	275	11
	28%	12%	43%	58%	73%		29%	14%	54%	34%	79%



Produto	<i>Energia (kcal)</i>	<i>Carb. (g)</i>	<i>Prot. (g)</i>	<i>G.Total (g)</i>	<i>G.Sat. (g)</i>	<i>G.Trans. (g)</i>	<i>Colest. (mg)</i>	<i>Fibra (g)</i>	<i>Sódio (mg)</i>	<i>Cálcio (mg)</i>	<i>Ferro (mg)</i>
McCalabresa	296 15%	31 10%	14 19%	13 24%	5,6 25%	0,4	18 6%	1,5 6%	844 35%	125 16%	3,4 24%

Queijo Quente	253 13%	29 10%	9,2 12%	11 20%	6,2 28%	0,5	18 6%	1,2 5%	740 31%	193 24%	3,0 21%
----------------------	------------	-----------	------------	-----------	------------	-----	----------	-----------	------------	------------	------------

Acompanhamentos

McFritas grande	423 21%	52 17%	4,4 6%	22 40%	4,9 22%	5,9	0 0%	5,2 21%	263 11%	0,06 0%	1,9 14%
------------------------	------------	-----------	-----------	-----------	------------	-----	---------	------------	------------	------------	------------

McFritas média	296 15%	36 12%	3,0 4%	15 27%	3,4 15%	4,2	0 0%	3,7 15%	184 8%	0,04 0%	1,3 10%
-----------------------	------------	-----------	-----------	-----------	------------	-----	---------	------------	-----------	------------	------------

McFritas pequena	212 11%	26 9%	2,2 3%	11 20%	2,5 11%	3,0	0 0%	2,6 10%	131 5%	0,03 0%	0,95 7%
-------------------------	------------	----------	-----------	-----------	------------	-----	---------	------------	-----------	------------	------------

Chicken McNuggets (12 unid.)	590 30%	34 11%	39 52%	33 60%	10 45%	3,9	153 51%	3,0 12%	1635 68%	178 22%	3,5 25%
-------------------------------------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----	------------	------------	-------------	------------	------------

Chicken McNuggets (4 unid.)	197 10%	11 4%	13 17%	11 20%	3,3 15%	1,3	51 17%	1,0 4%	545 23%	59 7%	1,2 8%
------------------------------------	------------	----------	-----------	-----------	------------	-----	-----------	-----------	------------	----------	-----------

Chicken McNuggets (6 unid.)	295 15%	17 6%	19 25%	17 31%	5,0 23%	1,9	76 25%	1,5 6%	817 34%	89 11%	1,7 12%
------------------------------------	------------	----------	-----------	-----------	------------	-----	-----------	-----------	------------	-----------	------------

Saladas

Mini Salada	23 1%	0,9 0%	2,1 3%	1,2 2%	0,7 3%	0	3,6 1%	0,8 3%	59 2%	78 10%	0,22 2%
--------------------	----------	-----------	-----------	-----------	-----------	---	-----------	-----------	----------	-----------	------------

Pãezinhos para Salada	72 4%	14 5%	2,5 3%	0,4 1%	0,1 0%	0	0 0%	1,1 4%	0,32 0%	18 2%	1,2 9%
------------------------------	----------	----------	-----------	-----------	-----------	---	---------	-----------	------------	----------	-----------

Premium Salad Green	62 3%	4,3 1%	5,4 7%	2,6 5%	1,4 6%	0,1	7,2 2%	2,8 11%	132 6%	178 22%	0,84 6%
----------------------------	----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----	-----------	------------	-----------	------------	------------

Premium Salad Crispy	337	15	30	18	8,1	1,6	66	4,3	1183	1106	2,5
-----------------------------	-----	----	----	----	-----	-----	----	-----	------	------	-----



Produto	<i>Energia (kcal)</i>	<i>Carb. (g)</i>	<i>Prot. (g)</i>	<i>G.Total (g)</i>	<i>G.Sat. (g)</i>	<i>G.Trans. (g)</i>	<i>Colest. (mg)</i>	<i>Fibra (g)</i>	<i>Sódio (mg)</i>	<i>Cálcio (mg)</i>	<i>Ferro (mg)</i>
	17%	5%	40%	33%	37%		22%	17%	49%	138%	18%
Premium Salad Grill	267	4,3	40	10	6,2	0,2	101	2,8	816	1129	2,1
	13%	1%	53%	18%	28%		34%	11%	34%	141%	15%

Molhos

Catchup - sachê	10	2,3	0,2	0	0	0	0,2	0,2	140	1,96	0,08
	1%	1%	0%	0%	0%		0%	1%	6%	0%	1%
Mostarda - sachê	4	0,1	0,3	0,3	0	0	0,1	0,2	84	4,6	0,12
	0%	0%	0%	1%	0%		0%	1%	4%	1%	1%
Molho Agridoce	45	10	0,2	0,3	0,1	0	0	0,3	169	6,5	0,08
	2%	3%	0%	1%	0%		0%	1%	7%	1%	1%
Molho Barbecue	46	10	0,4	0,3	0,1	0	0	0,3	237	6,2	0,17
	2%	3%	1%	1%	0%		0%	1%	10%	1%	1%
Molho Caipira	50	6,5	0,5	2,5	0,6	0	1,1	0,5	0,54	6,8	0,31
	3%	2%	1%	5%	3%		0%	2%	0%	1%	2%
Molho Hot Mustard	52	5,8	0,5	3,0	0,5	0,1	1,3	0,3	207	6,5	0,17
	3%	2%	1%	5%	2%		0%	1%	9%	1%	1%
Molho Caesar	133	5,5	0,9	12	2,1	0,2	7,3	0	0,99	32	0,28
	7%	2%	1%	22%	10%		2%	0%	0%	4%	2%
Molho de Limão	34	3,3	0,3	2,2	0,3	0,1	0	0,3	471	8,4	0,38
	2%	1%	0%	4%	1%		0%	1%	20%	1%	3%
Molho Vinagrete	42	6,4	0,3	1,8	0,2	0,1	0	0	0,82	9,7	0,22
	2%	2%	0%	3%	1%		0%	0%	0%	1%	2%

Bebidas

Água de Coco	65	16	0	0	0	0	0	0	56	61	0
---------------------	----	----	---	---	---	---	---	---	----	----	---



Produto	Energia (kcal)	Carb. (g)	Prot. (g)	G.Total (g)	G.Sat. (g)	G.Trans. (g)	Colest. (mg)	Fibra (g)	Sódio (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
	3%	5%	0%	0%	0%		0%	0%	2%	8%	0%
Coca-Cola (300 ml)	120	30	0	0	0	0	0	0	13	25	0,30
	6%	10%	0%	0%	0%		0%	0%	1%	3%	2%
Coca-Cola (500 ml)	200	50	0	0	0	0	0	0	22	42	0,50
	10%	17%	0%	0%	0%		0%	0%	1%	5%	4%
Coca-Cola (700 ml)	280	70	0	0	0	0	0	0	31	59	0,70
	14%	23%	0%	0%	0%		0%	0%	1%	7%	5%
Coca-Cola light (300 ml)	0	0	0	0	0	0	0	0	13	25	0,30
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	1%	3%	2%
Coca-Cola light (500 ml)	0	0	0	0	0	0	0	0	22	42	0,50
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	1%	5%	4%
Coca-Cola light (700 ml)	0	0	0	0	0	0	0	0	31	59	0,70
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	1%	7%	5%
Fanta (300 ml)	157	39	0	0	0	0	0	0	25	21	0
	8%	13%	0%	0%	0%		0%	0%	1%	3%	0%
Fanta (500 ml)	262	65	0	0	0	0	0	0	42	34	0
	13%	22%	0%	0%	0%		0%	0%	2%	4%	0%
Fanta (700 ml)	367	92	0	0	0	0	0	0	59	48	0
	18%	31%	0%	0%	0%		0%	0%	2%	6%	0%
Guaraná diet (700 ml)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Guaraná diet (500 ml)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Guaraná diet (300 ml)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Guaraná (700 ml)	280	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	14%	23%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Guaraná (500 ml)	200	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	10%	17%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Guaraná (300 ml)	120	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0



Produto	<i>Energia (kcal)</i>	<i>Carb. (g)</i>	<i>Prot. (g)</i>	<i>G.Total (g)</i>	<i>G.Sat. (g)</i>	<i>G.Trans. (g)</i>	<i>Colest. (mg)</i>	<i>Fibra (g)</i>	<i>Sódio (mg)</i>	<i>Cálcio (mg)</i>	<i>Ferro (mg)</i>
	6%	10%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Nestea Pêssego light (300 ml)	2,4	0,6	0	0	0	0	0	0	96	28	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	4%	4%	0%
Nestea Pêssego light (500 ml)	4,0	1,0	0	0	0	0	0	0	160	46	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	7%	6%	0%

McFruit

McFruit Laranja (300 ml)	164	39	0,9	0,4	0	0	0	0	5,6	7,6	0,15
	8%	13%	1%	1%	0%		0%	0%	0%	1%	1%
McFruit Laranja (500 ml)	274	65	1,5	0,7	0	0	0	0	9,3	13	0,25
	14%	22%	2%	1%	0%		0%	0%	0%	2%	2%
McFruit Limão (300 ml)	159	38	0,1	0,6	0	0	0	0	8,2	2,4	0
	8%	13%	0%	1%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
McFruit Limão (500 ml)	265	64	0,2	1,0	0	0	0	0	14	4,0	0
	13%	21%	0%	2%	0%		0%	0%	1%	0%	0%
McFruit Maracujá (300 ml)	163	39	0,5	0,6	0	0	0	0	9,9	2,7	0,15
	8%	13%	1%	1%	0%		0%	0%	0%	0%	1%
McFruit Maracujá (500 ml)	272	65	0,9	0,9	0	0	0	0	16	4,5	0,25
	14%	22%	1%	2%	0%		0%	0%	1%	1%	2%
McFruit Uva (300 ml)	162	39	0,2	0,4	0	0	0	0	7,7	8,2	0,15
	8%	13%	0%	1%	0%		0%	0%	0%	1%	1%
McFruit Uva (500 ml)	269	65	0,3	0,7	0	0	0	0	13	14	0,25
	13%	22%	0%	1%	0%		0%	0%	1%	2%	2%

Sobremesas

Casquinha Baunilha	196	32	4,4	5,5	3,2	0,2	12	0,6	100	141	0,64
---------------------------	-----	----	-----	-----	-----	-----	----	-----	-----	-----	------



Produto	<i>Energia (kcal)</i>	<i>Carb. (g)</i>	<i>Prot. (g)</i>	<i>G.Total (g)</i>	<i>G.Sat. (g)</i>	<i>G.Trans. (g)</i>	<i>Coolest. (mg)</i>	<i>Fibra (g)</i>	<i>Sódio (mg)</i>	<i>Cálcio (mg)</i>	<i>Ferro (mg)</i>
	10%	11%	6%	10%	15%		4%	2%	4%	18%	5%
Casquinha Chocolate	193	33	4,6	4,9	2,6	0,2	11	0,6	89	136	1,3
	10%	11%	6%	9%	12%		4%	2%	4%	17%	10%
Casquinha Mista	194	32	4,5	5,2	2,9	0,2	12	0,6	95	138	0,99
	10%	11%	6%	9%	13%		4%	2%	4%	17%	7%
ChocoMac Branco	244	33	4,1	11	6,7	0,6	10	1,0	96	126	1,1
	12%	11%	5%	20%	30%		3%	4%	4%	16%	8%
ChocoMac Preto	222	31	4,0	9,1	5,6	0,5	10	0,9	92	122	0,96
	11%	10%	5%	17%	25%		3%	4%	4%	15%	7%
logurte com Frutas e Cereais	175	28	4,2	4,9	2,8	0,5	9,0	1,2	70	143	0,49
	9%	9%	6%	9%	13%		3%	5%	3%	18%	4%
McColosso Chocolate	331	56	6,3	9,0	3,3	0,6	12	1,1	362	165	1,1
	17%	19%	8%	16%	15%		4%	4%	15%	21%	8%
McColosso Doce de Leite	333	58	7,6	8,0	4,5	0,3	18	1,1	161	228	1,4
	17%	19%	10%	15%	20%		6%	4%	7%	29%	10%
McShake Baunilha (300ml)	218	37	5,0	5,4	3,0	0,2	14	0	158	196	0,25
	11%	12%	7%	10%	14%		5%	0%	7%	25%	2%
McShake Baunilha (500 ml)	398	68	9,2	10	5,6	0,3	25	0	286	361	0,45
	20%	23%	12%	18%	25%		8%	0%	12%	45%	3%
McShake Chocolate (300 ml)	251	43	6,0	6,2	3,4	0,2	15	0	266	222	0,28
	13%	14%	8%	11%	15%		5%	0%	11%	28%	2%
McShake Chocolate (500 ml)	413	70	10	10	5,6	0,3	25	0	437	366	0,45
	21%	23%	13%	18%	25%		8%	0%	18%	46%	3%
McShake Morango (300 ml)	219	38	4,9	5,4	3,0	0,2	14	0	175	193	0,24
	11%	13%	7%	10%	14%		5%	0%	7%	24%	2%
McShake Morango (500 ml)	410	71	9,3	10	5,6	0,3	25	0	327	363	0,46
	21%	24%	12%	18%	25%		8%	0%	14%	45%	3%
Sundae Chocolate	302	43	6,8	12	3,8	0,5	14	0,7	336	173	0,32
	15%	14%	9%	22%	17%		5%	3%	14%	22%	2%
Sundae Doce de Leite	304	44	8,1	11	5,0	0,2	19	0,7	136	237	0,63

Produto	<i>Energia (kcal)</i>	<i>Carb. (g)</i>	<i>Prot. (g)</i>	<i>G.Total (g)</i>	<i>G.Sat. (g)</i>	<i>G.Trans. (g)</i>	<i>Colest. (mg)</i>	<i>Fibra (g)</i>	<i>Sódio (mg)</i>	<i>Cálcio (mg)</i>	<i>Ferro (mg)</i>
	15%	15%	11%	20%	23%		6%	3%	6%	30%	5%
Sundae Morango	286	46	5,9	8,7	3,8	0,2	14	0,7	168	155	0,32
	14%	15%	8%	16%	17%		5%	3%	7%	19%	2%
Top Sundae Chocolate	430	64	9,6	15	5,9	0,6	20	0,8	411	254	0,51
	22%	21%	13%	27%	27%		7%	3%	17%	32%	4%
Top Sundae Doce de Leite	432	65	11	14	7,1	0,3	26	0,8	211	317	0,83
	22%	22%	15%	25%	32%		9%	3%	9%	40%	6%
Top Sundae Morango	413	67	8,6	12	5,9	0,2	20	0,8	243	235	0,51
	21%	22%	11%	22%	27%		7%	3%	10%	29%	4%
Torta de Banana	205	31	2,1	8,0	2,0	1,7	0	1,4	144	29	1,2
	10%	10%	3%	15%	9%		0%	6%	6%	4%	8%
Torta de Maçã	233	31	1,9	11	2,9	2,5	0	1,0	145	33	1,6
	12%	10%	3%	20%	13%		0%	4%	6%	4%	12%
Maçã	75	18	0,6	0	0	0	0	3,4	3,6	14	0,28
	4%	6%	1%	0%	0%		0%	14%	0%	2%	2%
Saladinha de Frutas	80	14	1,7	2	1,3	0,1	5,0	0,7	38	63	0,18
	4%	5%	2%	4%	6%		2%	3%	2%	8%	1%

McCafé

Água de Coco	65	16	0	0	0	0	0	0	56	61	0
	3%	5%	0%	0%	0%		0%	0%	2%	8%	0%
Chocolate Gelado	222	31	7,6	7,3	3,4	0,2	11	4,3	186	178	3,3
	11%	10%	10%	13%	15%		4%	17%	8%	22%	24%
Coquetel de Frutas	228	52	1,1	1,8	0	0,2	0	2,0	287	33	0,37
	11%	17%	1%	3%	0%		0%	8%	12%	4%	3%
Frappé de Café	313	37	5,9	16	9,7	0,2	7,7	0,5	210	198	0,04
	16%	12%	8%	29%	44%		3%	2%	9%	25%	0%
Frappé de Capuccino	392	53	9,1	16	5,9	0,5	14	0,5	492	303	0,04



Produto	<i>Energia (kcal)</i>	<i>Carb. (g)</i>	<i>Prot. (g)</i>	<i>G.Total (g)</i>	<i>G.Sat. (g)</i>	<i>G.Trans. (g)</i>	<i>Coolest. (mg)</i>	<i>Fibra (g)</i>	<i>Sódio (mg)</i>	<i>Cálcio (mg)</i>	<i>Ferro (mg)</i>
	20%	18%	12%	29%	27%		5%	2%	21%	38%	0%
Frappé de Frutas Vermelhas	310	50	6,6	9,4	4,2	0,2	13	2,2	302	244	0,39
	16%	17%	9%	17%	19%		4%	9%	13%	31%	3%
Frozen Moca	142	20	3,5	5,5	1,4	0,3	7,2	0	287	117	0
	7%	7%	5%	10%	6%		2%	0%	12%	15%	0%
Iced Coffee Cream	178	25	3,2	7,2	2,7	0,2	1,7	0,4	166	97	0,03
	9%	8%	4%	13%	12%		1%	2%	7%	12%	0%
Café Americano	2,0	0,3	0,2	0	0	0	0	0	0	2,0	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Café Chantilly	163	21	3,5	7,2	6,3	0	0	4,3	3,0	24	3,3
	8%	7%	5%	13%	29%		0%	17%	0%	3%	24%
Café com Leite Grande	59	4,8	3,2	3,0	1,8	0	9,0	0	50	122	0
	3%	2%	4%	5%	8%		3%	0%	2%	15%	0%
Café com Leite Pequeno	19	1,6	1,1	0,9	0,5	0	2,7	0	15	38	0
	1%	1%	1%	2%	2%		1%	0%	1%	5%	0%
Café Espresso	1,0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	1,0	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Café Espresso Curto	1,0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	1,0	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Café Espresso Curto Duplo	1,0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	1,0	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Café Espresso Duplo	1,0	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	1,0	0
	0%	0%	0%	0%	0%		0%	0%	0%	0%	0%
Cappuccino Mix	158	16	3,7	8,6	7,2	0	11	0	60	145	0
	8%	5%	5%	16%	33%		4%	0%	3%	18%	0%
Cappuccino	222	31	7,7	7,3	3,4	0,2	11	4,3	186	179	3,3
	11%	10%	10%	13%	15%		4%	17%	8%	22%	24%

Produto	<i>Energia (kcal)</i>	<i>Carb. (g)</i>	<i>Prot. (g)</i>	<i>G.Total (g)</i>	<i>G.Sat. (g)</i>	<i>G.Trans. (g)</i>	<i>Colest. (mg)</i>	<i>Fibra (g)</i>	<i>Sódio (mg)</i>	<i>Cálcio (mg)</i>	<i>Ferro (mg)</i>
Chocolate Quente Grande	222 <i>11%</i>	31 <i>10%</i>	7,6 <i>10%</i>	7,3 <i>13%</i>	3,4 <i>15%</i>	0,2	11 <i>4%</i>	4,3 <i>17%</i>	186 <i>8%</i>	178 <i>22%</i>	3,3 <i>24%</i>
Chocolate Quente Pequeno	46 <i>2%</i>	5,3 <i>2%</i>	2,1 <i>3%</i>	1,9 <i>3%</i>	1,1 <i>5%</i>	0	4,5 <i>2%</i>	0,7 <i>3%</i>	25 <i>1%</i>	64 <i>8%</i>	0,56 <i>4%</i>
Moca Menta	357 <i>18%</i>	50 <i>17%</i>	5,7 <i>8%</i>	15 <i>27%</i>	6,8 <i>31%</i>	0,6	7,2 <i>2%</i>	0 <i>0%</i>	574 <i>24%</i>	138 <i>17%</i>	0,33 <i>2%</i>
Moca Mix	280 <i>14%</i>	36 <i>12%</i>	5,0 <i>7%</i>	13 <i>24%</i>	7,0 <i>32%</i>	0,5	9,9 <i>3%</i>	0 <i>0%</i>	425 <i>18%</i>	164 <i>21%</i>	0 <i>0%</i>
Submarino	187 <i>9%</i>	13 <i>4%</i>	4,3 <i>6%</i>	13 <i>24%</i>	8,3 <i>38%</i>	0,6	11 <i>4%</i>	0,6 <i>2%</i>	79 <i>3%</i>	165 <i>21%</i>	0,7 <i>5%</i>
Croissant Presunto e Queijo	314 <i>16%</i>	27 <i>9%</i>	5,9 <i>8%</i>	20 <i>36%</i>	7,5 <i>34%</i>	3,3	1,6 <i>1%</i>	1,7 <i>7%</i>	470 <i>20%</i>	85 <i>11%</i>	1,6 <i>12%</i>
Croissant Requeijão	253 <i>13%</i>	21 <i>7%</i>	4,4 <i>6%</i>	17 <i>31%</i>	7,2 <i>33%</i>	2,1	1,5 <i>1%</i>	1,1 <i>4%</i>	281 <i>12%</i>	22 <i>3%</i>	1,4 <i>10%</i>
Pão de Queijo	137 <i>7%</i>	17 <i>6%</i>	2,8 <i>4%</i>	6,2 <i>11%</i>	2,2 <i>10%</i>	1,2	3,2 <i>1%</i>	0,1 <i>0%</i>	272 <i>11%</i>	82 <i>10%</i>	0,7 <i>5%</i>
Brownie	138 <i>7%</i>	15 <i>5%</i>	1,9 <i>3%</i>	7,8 <i>14%</i>	3,5 <i>16%</i>	0,6	30 <i>10%</i>	1,0 <i>4%</i>	11 <i>0%</i>	13 <i>2%</i>	1,8 <i>13%</i>
Cookie Aveia e Nozes	514 <i>26%</i>	75 <i>25%</i>	9,8 <i>13%</i>	20 <i>36%</i>	12 <i>55%</i>	0,7	12 <i>4%</i>	3,8 <i>15%</i>	756 <i>32%</i>	73 <i>9%</i>	5,3 <i>38%</i>
Cookie Baunilha c/Gotas Chocol.	555 <i>28%</i>	77 <i>26%</i>	7,8 <i>10%</i>	24 <i>44%</i>	18 <i>82%</i>	0,6	0 <i>0%</i>	2,4 <i>10%</i>	643 <i>27%</i>	63 <i>8%</i>	1,5 <i>11%</i>
Cookie Chocolate	532 <i>27%</i>	73 <i>24%</i>	8,2 <i>11%</i>	23 <i>42%</i>	17 <i>77%</i>	0,5	7,1 <i>2%</i>	3,6 <i>14%</i>	697 <i>29%</i>	75 <i>9%</i>	4,9 <i>35%</i>
Cookie Maçã e Aveia	347 <i>17%</i>	47 <i>16%</i>	6,8 <i>9%</i>	15 <i>27%</i>	7,8 <i>35%</i>	0,4	6,0 <i>2%</i>	2,6 <i>10%</i>	482 <i>20%</i>	56 <i>7%</i>	2,3 <i>16%</i>

Produto	<i>Energia (kcal)</i>	<i>Carb. (g)</i>	<i>Prot. (g)</i>	<i>G. Total (g)</i>	<i>G. Sat. (g)</i>	<i>G. Trans. (g)</i>	<i>Colest. (mg)</i>	<i>Fibra (g)</i>	<i>Sódio (mg)</i>	<i>Cálcio (mg)</i>	<i>Ferro (mg)</i>
Croissant Chocolate ao Leite	311 <i>16%</i>	31 <i>10%</i>	4,4 <i>6%</i>	19 <i>35%</i>	7,0 <i>32%</i>	2,7	0 <i>0%</i>	2,1 <i>8%</i>	235 <i>10%</i>	51 <i>6%</i>	1,8 <i>13%</i>
Muffin Banana com Nozes	440 <i>22%</i>	45 <i>15%</i>	7,1 <i>9%</i>	26 <i>47%</i>	4,5 <i>20%</i>	0,5	0 <i>0%</i>	2,0 <i>8%</i>	352 <i>15%</i>	89 <i>11%</i>	0,97 <i>7%</i>
Muffin Cenoura c/Gotas Chocol.	387 <i>19%</i>	46 <i>15%</i>	6,1 <i>8%</i>	20 <i>36%</i>	5,5 <i>25%</i>	0,7	5,3 <i>2%</i>	2,4 <i>10%</i>	501 <i>21%</i>	100 <i>13%</i>	0,86 <i>6%</i>
Muffin Chocolate ao Leite	206 <i>10%</i>	23 <i>8%</i>	3,2 <i>4%</i>	11 <i>20%</i>	3,4 <i>15%</i>	0,4	4,9 <i>2%</i>	1,2 <i>5%</i>	307 <i>13%</i>	46 <i>6%</i>	1,8 <i>13%</i>
Muffin Laranja	399 <i>20%</i>	50 <i>17%</i>	6,2 <i>8%</i>	19 <i>35%</i>	4,2 <i>19%</i>	0,9	4,1 <i>1%</i>	1,1 <i>4%</i>	425 <i>18%</i>	84 <i>11%</i>	0,64 <i>5%</i>
Torta Chocolate Premium	346 <i>17%</i>	38 <i>13%</i>	6,5 <i>9%</i>	19 <i>35%</i>	8,3 <i>38%</i>	1,9	110 <i>37%</i>	2,7 <i>11%</i>	53 <i>2%</i>	32 <i>4%</i>	2,4 <i>17%</i>
Torta Holandesa	390 <i>20%</i>	34 <i>11%</i>	4,4 <i>6%</i>	26 <i>47%</i>	15 <i>68%</i>	1,6	61 <i>20%</i>	1,2 <i>5%</i>	81 <i>3%</i>	55 <i>7%</i>	1,3 <i>9%</i>
Torta Tricolor	304 <i>15%</i>	25 <i>8%</i>	4,9 <i>7%</i>	21 <i>38%</i>	8,4 <i>38%</i>	3,2	39 <i>13%</i>	2,0 <i>8%</i>	54 <i>2%</i>	72 <i>9%</i>	1,5 <i>10%</i>
Torta Cheesecake	287 <i>14%</i>	32 <i>11%</i>	3,8 <i>5%</i>	16 <i>29%</i>	5,9 <i>27%</i>	2,8	13 <i>4%</i>	0,6 <i>2%</i>	148 <i>6%</i>	47 <i>6%</i>	0,7 <i>5%</i>
Açúcar (Sachê)	24 <i>1%</i>	6,0 <i>2%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>
Adoçante (Sachê)	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>	0 <i>0%</i>

Produto

Energia *Carb.* *Prot.* *G.Total* *G.Sat.* *G.Trans.* *Colest.* *Fibra* *Sódio* *Cálcio* *Ferro*
 (kcal) (g) (g) (g) (g) (g) (mg) (g) (mg) (mg) (mg)

Valor Diário de Referência – RDC 360 da ANVISA

Valor Energético	Carboidratos	Proteínas	Gorduras Totais	Gorduras Saturadas	Gorduras Trans*	Colesterol	Fibra Alimentar	Sódio	Cálcio	Ferro
2.000 kcal	300 g	75 g	55 g	22 g	--	300 mg	25 g	2400 mg	800 mg	14 mg

*VDR não estabelecido

- Cálculos baseados em uma dieta de 2.000 calorias
- Os dados de proteínas, carboidratos, gorduras, gorduras saturadas, gorduras trans e fibras são expressos em gramas (g). Os dados de ferro, cálcio, colesterol e sódio são expressos em miligramas (mg).

Observações:

* Pães, croissants, brownie, cookies, muffins, tortas, casquinha, cascão, McNuggets, filé de peixe, frango empanado, frango grelhado e biju contêm glúten.

* A dosagem de xarope das bebidas é fornecida conforme as especificações dos fabricantes para bebidas com gelo.

* Os resultados nutricionais expressos nas tabelas foram obtidos a partir de análises bromatológicas realizadas pelo levantamento dos pesos médios de cada um dos ingredientes que compõem os produtos McDonald's. Os valores nutricionais dos ingredientes Chocolate em pó, Sorvete de Creme, Leite Integral, Xarope de Macadâmia, Chantilly, Hambúrguer de Calabresa e Cereais do logurte são dados teóricos de responsabilidade dos respectivos fornecedores.

* Os pesos dos produtos, individualmente, podem oscilar em sua montagem, afetando para mais ou para menos os valores nutricionais informados nas tabelas.

* Os cálculos nutricionais foram feitos pela C2 Editora e Consultoria em Nutrição Ltda.

* Produtos do cardápio à época da impressão deste guia.



ama muito tudo isso