

Fontes de Proteínas	
Cárneos processados (por porção)	
Gordura Total	≤ 30% de Kcal
Gordura Saturada	≤ 10% de Kcal
Gordura Trans	≤ 1,5g
Colesterol	≤ 95mg
Sódio	≤ 480mg (EXCETO EMPANADOS: ≤ 520mg)
Adição de açúcar	-
Cárneos in natura (por porção)	
Gordura Total	≤ 30% de Kcal
Gordura Saturada	≤ 10% de Kcal
Gordura Trans	≤ 1,5g
Colesterol	≤ 95mg
Sódio	≤ 140mg
Adição de açúcar	-
Laticínios (por porção)	
Gordura Total	-
Gordura Saturada	≤ 15% de Kcal
Gordura Trans	0g
Colesterol	≤ 20mg
Sódio	≤ 480mg
Adição de açúcar	-
ou	
Benefício Funcional	Fundamentação científica relevante

Refeições	
Refeições Prontas (por porção)	
Gordura Total	≤ 35% de Kcal
Gordura Saturada	≤ 10% de Kcal
Gordura Trans	≤ 0,2g
Colesterol	≤ 100mg
Sódio	≤ 1200mg
Adição de açúcar	-
Lanches (por porção)	
Gordura Total	≤ 30% de Kcal
Gordura Saturada	≤ 10% de Kcal
Gordura Trans	≤ 0,2g
Colesterol	≤ 100mg
Sódio	≤ 800mg
Adição de açúcar	-

Fontes de Carboidratos	
Pães, Batatas e Massas frescas e semi-prontas (por porção)	
Gordura Total	≤ 30% de Kcal
Gordura Saturada	≤ 10% de Kcal
Gordura Trans	0g
Colesterol	≤ 60mg
Sódio	≤ 480mg
Adição de açúcar	≤ 10% de kcal (caso tenha 2.5g de fibra, pode chegar 25%)
ou	
Benefício Funcional	Fundamentação científica relevante

Óleos e gorduras	
Margarinas (por porção)	
Gordura Total	≤ 40% do peso em gramas
Gordura Saturada	≤ 15% do peso em gramas
Gordura Trans	0g
Colesterol	0g
Sódio	≤ 75mg
Adição de açúcar	-
ou	
Benefício Funcional	Fundamentação científica relevante

Sobremesas (por porção)	
Gordura Total	≤ 30% de Kcal
Gordura Saturada	≤ 10% de Kcal
Gordura Trans	0g
Colesterol	0g
Sódio	≤ 100mg
Adição de açúcar	≤ 10% de kcal (caso tenha 2.5g de fibra, pode chegar 25%)

Outros	
Gordura Total	≤ 30% de Kcal
Gordura Saturada	≤ 10% de Kcal
Gordura Trans	0g
Colesterol	0g
Sódio	≤ 1,6mg/ Kcal
Adição de açúcar	≤ 10% de kcal (caso tenha 2.5g de fibra, pode chegar 25%)
ou	
Benefício Funcional	Fundamentação científica relevante