

# CRACKERS



**CRACKERS ESPELTA MULTISEMENTES • 4 SAQUETAS x 3 CRACKERS VEGAN • COM AZEITE VIRGEM EXTRA • ALTO TEOR EM FIBRA SEM ADIÇÃO DE AÇÚCARES\* • SEM ÓLEO DE PALMA**

**PT | Tostas integrais com trigo espelta e sementes. Ingredientes:** Farinha de **TRIGO**; óleo de girassol de alto teor de ácido oleico; farinha de **TRIGO ESPELTA** integral (9%); farelo de **TRIGO** (8%); mistura de sementes em proporções variáveis (**SESAMO**, linhaça, milho-painço, girassol) (6,5%); farinha de **TRIGO ESPELTA** (6%); azeite virgem extra (2,2%); flocos de **AVEIA**; proteína de **TRIGO**; sal; levedura. \*Contém açúcares naturalmente presentes. **Para alérgenos ver ingredientes realçados. Pode conter vestígios de soja e mostarda. Sugestões de utilização:** Consumir diretamente como *snack*, como alternativa ao pão no pequeno-almoço/lanche ou como acompanhamento de uma refeição ligeira. Combinar com sabores doces ou salgados.

**CRACKERS ESPELTA MULTISEMILLAS • 4 BOLSITAS x 3 CRACKERS VEGANO • CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA ALTO CONTENIDO DE FIBRA SIN AZÚCARÉS AÑADIDOS\* • SIN ACEITE DE PALMA**

**ES | Tostadas integrales con trigo espelta y semillas. Ingredientes:** Harina de **TRIGO**; aceite de girasol de elevado contenido en oleico; harina integral de **TRIGO ESPELTA** (9%); salvado de **TRIGO** (8%); mezcla de semillas en proporción variable (**SESAMO**, lino, mijo, girasol) (6,5%); harina de **TRIGO ESPELTA** (6%); aceite de oliva virgen extra (2,2%); copos de **AVEIA**; proteína de **TRIGO**; sal; levedura. \*Contiene azúcares naturalmente presentes. **Para alérgenos ver ingredientes destacados. Puede contener trazas de soja y mostaza. Modo de empleo:** Consumir directamente como *snack*, como alternativa al pan en el desayuno/merienda o como acompañamiento de una comida ligera. Combinar con sabores dulces o salados.

| Declaração Nutricional / Información Nutricional<br>Nutrition Declaration / Déclaration Nutritionnelle |                     |                     |                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------|-------------------|
| Valores médios por / Valores medios por<br>Average values per / Valeurs moyennes pour                  | 100 g               | 60 g <sup>1</sup>   | 20 g <sup>2</sup> |
| Energia / Valor energético / Energy / Énergie                                                          | 1733 kJ<br>413 kcal | 1040 kJ<br>248 kcal | 347 kJ<br>83 kcal |
| Lípidos / Grasas / Fat / Matières grasses                                                              | 15,9 g              | 9,5 g               | 3,2 g             |
| dos quais saturados / de las cuales saturados<br>of which saturates / dont acides gras saturés         | 2,0 g               | 1,2 g               | 0,4 g             |
| Hidratos de carbono / Carbohydrate / Glucides                                                          | 53,3 g              | 32,0 g              | 10,7 g            |
| dos quais açúcares / de los cuales azúcares<br>of which sugars / dont sucres                           | 1,3 g               | 0,8 g               | 0,3 g             |
| Fibra / Fibra alimentaria / Fibre / Fibres alimentaires                                                | 7,5 g               | 4,5 g               | 1,5 g             |
| Proteínas / Protein / Protéines                                                                        | 11,0 g              | 6,6 g               | 2,2 g             |
| Sal / Salt / Sel                                                                                       | 1,0 g               | 0,6 g               | 0,2 g             |

**PT |** Esta embalagem contém 4 porções (saquetas) de 60 g e 12 crackers de 20 g. Conservar em local fresco e seco, ao abrigo da luz. Uma vez aberta a saqueta, consumir de imediato. *Leve/Consumir da preferência antes de:* (ver embalagem).

**ES |** Este envase contiene 4 porciones (bolsitas) de 60 g y 12 crackers de 20 g. Conservar en lugar fresco y seco, protegido de la luz. Una vez abierta la bolsita, consumir de inmediato. *Leve/Consumir preferentemente antes de:* (ver envase).

**EN |** This package contains 4 servings (sachets) of 60 g and 12 crackers of 20 g. Store in a cool and dry place, away from light. Once the sachet is opened, consume immediately. *Leve/Best before:* (see package).

**FR |** Ce paquet contient 4 portions (sachets) de 60 g et 12 crackers de 20 g. Conserver dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière. Une fois le sachet ouvert, consommer immédiatement. *Leve/À consommer de préférence avant le:* (voir emballage).

Quantidade líquida/Cantidad neta/Net weight/Quantité nette: 240 g (4 x 60 g)

VIVA E PARTILHE UM ESTILO DE VIDA  
MAIS SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL  
[WWW.CEMPORCENTO.PT](http://WWW.CEMPORCENTO.PT)

Práticas saquetas  
frescura em cada dose onde quiser!



imagens de apresentação / apresentações reais / images de présentation / présentations réelles



## CRACKERS INTEGRAIS ESPELTA MULTISEMENTES

Deliciosas, crocantes e nutritivas,  
para refeições com mais fibra  
e muito mais sabor!

•  
• Produzidas com ingredientes  
100% vegetais, são ideais para  
toda a família, mesmo  
para os **veganos** 😊  
•

• Sabia que na produção desta  
embalagem é incorporado **cartão  
reciclado e é reciclável?**  
•

• Este produto é feito com material  
certificado FSC® e outro material  
controlado.

Saiba mais aqui



**4**  
**SAQUETAS**  
BOLSITAS  
**X 3 CRACKERS**

# CRACKERS

INTEGRAIS • INTEGRALES

## ESPELTA

MULTISEMENTES • MULTISEMILLAS

COM AZEITE VIRGEM EXTRA • ALTO TEOR EM FIBRA  
CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA • ALTO CONTENIDO DE FIBRA

**240 g**



## CRACKERS INTEGRALES ESPELTA MULTISEMILLAS

Deliciosas, crujiéntes y nutritivas,  
para comidas con más fibra  
y mucho más sabor!

•  
• Produzidas com ingredientes 100%  
vegetales, son ideales para toda la  
familia, incluso para los **veganos** 😊  
•

• ¿Sabías que en la producción de este  
envase se incorpora **cartón reciclado**  
y que es reciclable?  
•

• Este producto está hecho de material  
certificado FSC® y otro material  
controlado.



IGNORAMUS - Produtos Naturais, Lda.  
Av. Nossa Sr.ª de Guadalupe, n.º 71 • 2135-015 Samora Correia, Portugal  
Tel.: +351 263 659 453 • consumidor@ignoramus.pt  
[www.cemporcento.pt](http://www.cemporcento.pt) • [www.ignoramus.pt](http://www.ignoramus.pt)