

Viver a Vida a Cem Porcento
Somos uma empresa familiar portuguesa,
comprometida com a qualidade, com a saúde e o
bem-estar há mais de 25 anos. Defendemos uma
alimentação equilibrada, deliciosamente positiva
para todos e para o planeta!

PT | Flocos de aveia integral tostados com mel.
ES | Copos de avena integral tostados con miel.
EN | Toasted whole grain oat flakes with honey.
FR | Flocons d'avoine complète croquants avec miel.

Declaração Nutricional / Información Nutricional Nutrition Declaration / Déclaration Nutritionnelle			
Valores médios por / Valores medios por Average values per / Valeurs moyennes pour	100 g	30 g*	
Energia / Valor energético Energy / Énergie	1797 kJ 427 kcal	539 kJ 128 kcal	
Lípidos / Grasas Fat / Matières grasses	12,3 g	3,7 g	
dos quais saturados de las cuales saturadas of which saturates dont acides gras saturés	5,3 g	1,6 g	
Hidratos de carbono Carbohydrate / Glucides	69,1 g	20,7 g	
dos quais açúcares de los cuales azúcares of which sugars / dont sucres	21,6 g	6,5 g	
Fibra / Fibra alimentaria Fibre / Fibres alimentaires	4,9 g	1,5 g	
Proteínas / Protein / Protéines	7,5 g	2,3 g	
Sal / Salt / Sel	0,03 g	0,01 g	

PT | *Esta embalagem contém aproximadamente 13 porções de 30 g.
ES | *Este envase contiene aproximadamente 13 porciones de 30 g.
EN | *This package contains approximately 13 portions of 30 g.
FR | *Ce paquet contient environ 13 portions de 30 g.



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.cemporceto.pt • www.ignoramus.pt

ESTAMOS
COMPROMETIDOS
EM FAZER SEMPRE
MAIS POR SI E PELO
planeta

SABIA QUE ESTA
EMBALAGEM É 100%
reciclável?

RECYCLE
Dê uma nova vida a esta embalagem

WWW.CEMPORCENTO.PT



AVEIA

FLOCOS TOSTADOS

COPOS DE AVENA TOSTADOS COM MIEL

com
mel

Crocantes
e deliciosos!

sugestão de apresentação / sugerencia de presentacion / serving suggestion / suggestion de presentation



¹Vs. a embalagem anterior
dos Flocos de Aveia Tostados com Miel Cem Porcento.

NOVA
EMBALAGEM

+ sustentável¹

53%
AVEIA
INTEGRAL.
AVENA INTEGRAL.

FONTE
DE FIBRA
FUENTE DE FIBRA

SEM AROMAS,
CORANTES
NEM CONSERVANTES

FONTE DE
fibra

RECYCLE
Dê uma nova vida a esta embalagem

400 g

FLOCOS DE AVEIA TOSTADOS COM MEL
AVEIA INTEGRAL • FONTE DE FIBRA
SEM AROMAS, CORANTES NEM CONSERVANTES

PT | Flocos de aveia integral tostados com mel. **Ingredientes:** Flocos de AVEIA integral (53%); açúcar; arroz extrudido (farinha de arroz, açúcar, extrato de malte de CEVADA); óleo de palma²; mel (2%); xarope de açúcar caramelizado em pó. ²Proveniente de produção sustentável. **Para alérgicos ver ingredientes realçados. Pode conter vestígios de soja, leite, sementes de sésamo, frutos de casca rija e amendoim.**

Sugestões de utilização: Consumir com bebida vegetal, leite ou iogurte. Pode ser incorporado em barras e sobremesas.

Conservar em local fresco e seco, ao abrigo da luz. Depois de aberto, manter num recipiente bem fechado. **Nota/Consumir de preferência antes de:** (ver embalagem).

COPOS DE AVENA TOSTADOS COM MIEL
AVENA INTEGRAL • FUENTE DE FIBRA
SIN AROMAS, COLORANTES NI CONSERVADORES

ES | Copos de aveia integral tostados con miel. **Ingredientes:** Copos de AVENA integral (53%); azúcar; arroz inflado (harina de arroz, azúcar, extracto de malta de CEBADA); aceite de palma²; miel (2%); jarabe de azúcar caramelizado en polvo. ²Procedente de producción sostenible. **Para alérgicos ver ingredientes destacados. Puede contener trazas de soja, leche, granos de sésamo, frutos de cáscara y cacahuete.**

Modo de empleo: Consumir con bebida vegetal, leche o yogur. Puede incorporarse a barritas y postres.

Conservar en lugar fresco y seco, protegido de la luz. Una vez abierto, mantener en un recipiente bien cerrado. **Nota/Consumir preferentemente antes de:** (ver envase).

TOASTED OAT FLAKES WITH HONEY
WHOLE GRAIN OATS • SOURCE OF FIBRE
FLAVOURS, COLOURS AND PRESERVATIVES FREE

EN | Toasted whole grain oat flakes with honey. **Ingredients:** Whole grain OAT flakes (53%); sugar; extruded rice (rice flour, sugar, BARLEY malt extract); palm oil²; honey (2%); caramelised sugar syrup powder. ²From sustainable production. **For allergens see highlighted ingredients. May contain traces of soybeans, milk, sesame seeds, nuts and peanut.**

Suggested use: Consume with plant-based drink, milk or yogurt. Can be incorporated into cereal bars and desserts.

Store in a cool and dry place, away from light. Once opened, keep in a tightly closed container. **Lot/Best before:** (see package).

FLOCONS D'AVOINE CROQUANTS AVEC MIEL
AVOINE COMPLÈTE • SOURCE DE FIBRES
SANS ARÔMES, COLORANTS NI CONSERVATEURS

FR | Flocons d'avoine complète croquants avec miel. **Ingredients:** Flocons d'AVOINE complète (53%); sucre; riz extrudé (farine de riz, sucre, extrait de malt d'ORGE); huile de palme²; miel (2%); sirop de sucre caramélisé en poudre. ²De production durable. **Pour les allergènes voir les ingrédients mis en évidence. Peut contenir des traces de soja, lait, graines de sésame, fruits à coque et arachide.**

Suggestions d'utilisation: A consommer avec une boisson végétale, du lait ou du yaourt. Peut être incorporé dans les barres et les desserts.

Conservar dans un endroit frais et sec, à l'abri de la lumière. Une fois ouvert, à conserver dans un récipient bien fermé. **Lot/À consommer de préférence avant le:** (voir emballage).

Quantidade líquida / Cantidad neta / Net weight / Quantité nette:

400 g