



Tabela Nutricional

Valor nutricional dos produtos por porção individual

	Calorias (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras (g)	Gorduras Saturadas (g)	Gorduras Trans (g)	Fibras (g)	Sódio (mg)
Entradas								
Rolinho de Camarão com Requeijão 2 unidades	271.2 14%	11.4 4%	7.8 6%	21.6 29%	3 11%	0 0%	1.2 5%	304.8 13%
Rolinho Frango com Requeijão 2 unidades	213 11%	10.32 4%	4.32 5%	17.16 28%	2.04 11%	0 0%	1.2 5%	365.4 14%
Rolinho Primavera 2 unidades	181 11%	10.08 4%	3.72 5%	15.96 28%	1.8 11%	0 0%	1.2 5%	357.6 14%
Rolinho de Queijo 2 unidades	304.44 16%	9.36 4%	8.4 10%	26.4 42%	6.96 35%	0 0%	0 0%	141.6 6%
Camarão Empanado 20 unidades	417 21%	32 12%	21 24%	22 36%	3.5 17%	0 0%	0 0%	1242 45%
Camarão Xangai 1 unidade	278.5 14%	21 8%	14.3 16%	15.2 24%	2.2 11%	0 0%	0 0%	828.4 33%
Pastetinho Meia-Lua (Gulosa Frito) 6 unidades	423.8 21%	27.4 10%	13.7 15%	31.4 23%	2.8 12%	0 0%	0 0%	1641.6 66%
Pastetinho Meia-Lua (Gulosa Vapor) 6 unidades	247 12%	27.4 10%	13.7 15%	11.4 18%	0 0%	0 0%	0 0%	1641.6 66%
Batata Mandarim uma porção	312 15%	51 18%	6 9%	10.5 18%	1.5 6%	0 0%	4.5 18%	17.1 0%
Tempurá de Legumes 10 unidades	366.6 18%	70 9%	5.6 7%	11.2 4%	1 2%	0 0%	4 13%	90 3%
Tempurá de Camarão 10 unidades	501 25%	78 9%	9 17%	12 5%	1.5 3%	0 0%	5 11%	956 40%
Carnes								
Filé Fatiado - office executiva	286.4 14%	7.8 2%	20.4 22%	19.2 30%	3.8 18%	0 0%	1.6 8%	208 10%
Filé Lig-Lig - office executiva	518.8 26%	31.6 12%	24.2 26%	19 22%	4.8 22%	0 0%	1.6 6%	1018.4 40%
Filé ao Molho Curry - office executiva	268.2 14%	6.2 2%	18.2 20%	18.8 30%	4.4 20%	0 0%	1.6 8%	349.6 16%
Filé Chop-Suey - office executiva	326 16%	8.2 2%	22.8 26%	20 36%	3.8 18%	0 0%	2.2 10%	678.4 28%
Filé em Tiras Especial - office executiva	383 20%	33.4 12%	19.2 22%	19 30%	4.6 22%	0 0%	1.2 6%	144.4 6%
Filé em Tiras - office executiva	348.4 18%	9.8 4%	25.8 28%	22.6 36%	3.8 18%	0 0%	1.8 8%	658.6 32%
Massas								
Macarrão Chop-Suey (Yakissoba) - office	584 28%	76.8 28%	31.6 44%	17.2 28%	3.6 20%	0 0%	3.2 12%	244 12%
Macarrão Chop-Suey Especial - office	576 28%	73.2 28%	32 44%	16.4 28%	16.4 6%	0 0%	3.2 16%	276 12%
Macarrão Chop-Suey de Carne - office	561 28%	76 28%	32 44%	14.4 24%	4 20%	0 0%	3.2 16%	236 12%
Macarrão Chop-Suey de Frango - office	628 32%	75 28%	30 44%	23.2 32%	4.8 20%	0 0%	3.2 12%	284 16%
Macarrão Chop-Suey c/ Legumes - office	400.8 20%	84 20%	12.4 20%	11.6 24%	0.3 8%	0 0%	1.4 24%	273.6 12%
Macarrão com Camarão - office	556 28%	73.6 28%	34.4 44%	12.4 20%	2 12%	0 0%	3.2 16%	308 12%
Frango								
Frango Xadrez - office executiva	262 13%	12 6%	24.8 8%	19.2 14%	9.6 24%	0 0%	3.2 6%	157.6 6%
Frango Chop-Suey - office executiva	254 13%	12 4%	23 8%	19 16%	7.6 20%	0 0%	4 4%	110.2 5%
Frango ao Molho Curry - office executiva	250 12%	8 7%	23.8 8%	19 14%	4.2 18%	0 0%	1.6 8%	444.6 18%
Frango com Laranja - office executiva	576.02 28%	36.18 13%	46.48 16%	26.56 43%	6.3 20%	0 0%	1.83 8%	739.1 30%
Frango ao Molho Gengibre - office	397 20%	8.25 6%	45 15%	20.25 33%	12.75 25%	0 0%	0 0%	1117 24%
Frango Frito - office executiva	310.7 16%	13 7%	38 43%	16.25 25%	26 50%	0 0%	0 0%	730.5 30%
Frango Agridoce - office executiva	348 6%	18.5 5%	28 8%	18 7%	9 7%	0 0%	1.8 3%	123.5 5%
Frango Empanado - office executiva	302 17%	18 6%	17 24%	22 42%	4.1 20%	0 0%	0 0%	389 16%

Valores Diários de Referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ.
Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades.
Cálculo executado pelo programa da Anvisa <http://www.anvisa.gov.br/rotulo>

	Calorias (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras (g)	Gorduras Saturadas (g)	Gorduras Trans (g)	Fibras (g)	Sódio (mg)
Lombo								
Lombo Frito - office executiva	381 24%	2 2%	19 21%	43.82 42%	14 42%	0 0%	0 0%	376.8 17%
Lombo Agridoce - office executiva	388 20%	19 19%	22 9%	20 26%	28 48%	0 0%	0.8 4%	142.5 5%
Lombo Empanado - office executiva	312 16%	13.3 5%	13.3 18%	17 33%	3.6 17%	0 0%	0 0%	342 14%
Peixe								
Peixe ao Molho de Gengibre office executiva	222 10%	4.8 2%	28 30%	5.2 8%	2.8 7%	0 0%	1.8 2%	558 10%
Peixe ao Molho Apimentado office executiva	176 9%	3.6 2%	26 30%	5.4 8%	2.8 14%	0 0%	1.8 2%	502 10%
Peixe Empanado - office executiva	393 20%	14.2 5%	28 28%	15.2 28%	2.3 10%	0 0%	0 0%	620 13%
Peixe Chop-Suey - office executiva	145 7%	5 3%	29 11%	5.5 6%	2.9 7%	0 0%	0.8 4%	510 12%
Camarão								
Camarão ao Molho de Gengibre office executiva	233 12%	10 3%	11 12%	8.8 16%	2.6 12%	0 0%	1.8 6%	630 18%
Camarão ao Molho Apimentado office executiva	223 12%	10 3%	11 12%	8.8 16%	1.3 6%	0 0%	0.8 4%	555 16%
Camarão Chop-Suey - office executiva	175 9%	8 1%	13 14%	6 3%	1.9 7%	0 0%	1.5 4%	510 12%
Diversos								
Chow-Fan - office	880 44%	134.4 48%	34.4 44%	22.4 62%	3.2 16%	0 0%	4 16%	1396 64%
Chow-Fan Especial - office	928 48%	132 48%	44 60%	28 44%	3.2 16%	0 0%	2 16%	1466 66%
Arroz Branco - office executiva	318 16%	70 24%	6.2 8%	0 0%	0 0%	0 0%	1.2 4%	0 0%
Arroz Chop-Suey (Yakimeshi) office executiva	254.63 12%	40 44%	8 8%	6.8 12%	1.2 6%	0 0%	0 0%	534 22%
Lig-Lig Salada Especial - office	226 11%	37.4 14%	2.3 3%	7.2 8%	1 5%	0 0%	1.3 5%	13.4 1%
Chop-Suey Legumes - office executiva	80 4%	9.8 3%	4 5%	4.1 7%	0.6 3%	0 0%	4.2 17%	182 8%
Família Feliz - office executiva	203.2 10%	9.2 4%	20.6 22%	9.2 14%	8.2 42%	0 0%	1.6 6%	120 6%
Bifum - office	577.6 28%	79.6 14%	24 18%	18 18%	1.2 4%	0 0%	3.2 8%	965 32%
Bifum ao Curry - office	577.6 28%	79.6 14%	24 18%	18 18%	1.2 4%	0 0%	3.2 8%	1112 35%
Bifum Chop Suey - office	819.2 40%	86 28%	80 55%	16 24%	8 12%	0 0%	7.2 8%	1220 40%
Bifum com Camarão - office	776 38%	82.8 28%	75.6 60%	14 24%	6.4 32%	0 0%	4.4 16%	1196 48%
Lig-Lig Kids 1 - office	608 30%	67 18%	38 39%	19.6 32%	4 20%	0 0%	0 0%	800 32%
Lig-Lig Kids 2 - office	452 22%	19.6 6%	16.6 20%	24 44%	1.4 8%	0 0%	3 12%	10.6 2%
Sobremesas								
Abacaxi Caramelado - 1 unidade	171 9,00%	30.4 11%	1.5 2,00%	5.6 9%	0.8 4%	0 0%	0.6 2%	117.8 8%
Banana Caramelada - 1 unidade	233 12,00%	42 15%	2.1 12%	7.2 12%	1.1 6%	0 0%	1 4%	152 6%
Maçã Caramelada - 1 unidade	185.3 9%	33.4 12%	1.4 2%	6 10%	0.8 4%	0 0%	1 4%	126.4 5%
Banana Imperial - 1 unidade	277 14%	47 17%	2.4 3%	9.8 16%	1.1 6%	0 0%	1 4%	152 6%
Rolinho de Banana - 2 unidades	411 20%	43 16%	2.76 4%	26.4 35%	4.32 22%	0 0%	2.52 10%	62.4 2%
Rolinho Imperial - 2 unidades	464 22%	49.2 15%	3.12 4%	29.64 40%	4.32 18%	0 0%	2.52 8%	62.4 2%
Rolinho Romeu e Julieta - 2 unidades	345.6 18%	30 10%	4.92 5%	22.8 11%	5.04 6%	0 0%	1.8 5%	81 4%

- Diversos
- Entradas
- Peixe e Camarão
- Carnes
- Frango ou Lombo
- Massas
- Kids
- Sobremesas