

TABELA I - PRODUTOS DE PANIFICAÇÃO, CEREAIS, LEGUMINOSAS, RAIZES E TUBÉRCULOS, E SEUS DERIVADOS (1 porção aproximadamente 150 Kcal)

TABLA I - PRODUCTOS DE PANIFICACIÓN, CERALES, LEGUMINOSAS, RAICES, TUBÉRCULOS, Y SUS DERIVADOS (1 porción aproximadamente 150 Kcal)

Produtos	Productos	porção	porción	porção	porción
Português	Español	(g/ml)	(g/ml)	medida caseira	medidas caseras
Amidos e féculas	Almidones y féculas	20	20	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Arroz cru	Arroz crudo	50	50	1/4 de xícara	1/4 de taza
Aveia em flocos sem outros ingredientes	Avena arrollada sin otros ingredientes	30	30	2 colheres de sopa	2 cucharas de sopa
Barra de cereais com até 10% de gordura	Barra de cereales con hasta 10% de grasa	30	30	X unidades que correspondam	X unidades que correspondan
Batata, mandioca e outros tubérculos, cozidos em água embalada à vácuo	Papa, mandioca y otros tubérculos cocidos en agua, envasados al vacío	150	150	X unidades que corresponda ou X xícaras	X unidades/tazas que correspondan
Batata e mandioca pré-frita congelada	Papa y mandioca pre-frita congelada	85	85	X unidades/xícaras que corresponda	X unidades/tazas que correspondan
Produtos a base de tubérculos e cereais pré-fritos e/ou congelados	Productos a base de tubérculos y cereales pre-fritos y/o congelados	85	85	X unidades que correspondam	X unidades que correspondan
Biscoito salgados, integrais e grissines	Galletitas saladas, integrales y grissines	30	30	X unidades que corresponda	X unidades que correspondan
Bolos, todos os tipos sem recheio	Bizcochuelos, budines y tortas, sin relleno	60	60	1 fatia/ fracção que corresponda	1 rebanada/fracción que corresponda
Canjica (grão cru)	Maíz blanco, loco (crudo)	50	50	1/3 xícara	1/3 taza
Cereal matinal pesando até 45g por xícara - leves	Cereales para desayuno que pesan hasta 45 g por taza - livianos	30	30	X xícaras que correspondam	x tazas que correspondan
Cereal matinal pesando mais do que 45 g por xícara	Cereales para desayuno que pesan más de 45 g por taza	40	40	X xícaras que correspondam	x tazas que correspondan
Cereais integrais crus	cereales integrales crudos	45	45	X xícaras que correspondam	x tazas que correspondan
Farinhas de cereais e tubérculos, todos os tipos	Harinas de cereales y tubérculos, todos los tipos	50	50	X xícara	X taza
Farelo de cereais e germe de trigo	Salvado y germen de trigo	10	10	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Farinha Láctea	Harina láctea	30	30	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
farofa pronta	Harina gruesa de mandioca tostada	35	35	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Massa alimentícia seca	Fideos y Pastas secas	80	80	X prato/ xícara que correspondam	X plato/ taza que correspondan
Massa desidratada com recheio	Fideos y Pastas deshidratadas con relleno	70	70	X prato/ xícara que correspondam	X plato/ taza que correspondan
Massas frescas com e sem recheios	Fideos y Pastas frescas con o sin relleno	100	100	X prato/ xícara que correspondam	X plato/ taza que correspondan
Pães embalados fatiados ou não, com ou sem recheio	Panes envasados feteados o no, con o sin relleno	50	50	X unidades/fatias que corresponda	X unidades/fetas que corresponda
Pães embalados de consumo individual, chipa paraguaia	Panes envasados de consumo individual, chipa paraguaya	50	50	X unidades que corresponda	X unidades que correspondan

TABELA I - PRODUTOS DE PANIFICAÇÃO, CEREAIS, LEGUMINOSAS, RAIZES E TUBÉRCULOS, E SEUS DERIVADOS (1 porção aproximadamente 150 Kcal)

TABLA I - PRODUCTOS DE PANIFICACIÓN, CERALES, LEGUMINOSAS, RAICES, TUBÉRCULOS, Y SUS DERIVADOS (1 porción aproximadamente 150 Kcal)

Produtos	Productos	porção	porción	porção	porción
Português	Español	(g/ml)	(g/ml)	medida caseira	medidas caseras
Pão doce sem frutas	Pan endulzado sin frutas	40	40	X unidades que corresponda	X unidades que corresponda
Pão croissant, outros produtos de panificação, salgados ou doces sem recheio	Facturas y productos de pastelería, salados o dulces sin relleno	40	40	X unidades que corresponda	X unidades que corresponda
Pão de batata, pão de queijo e outros resfriados e congelados com recheio e massas para pães	Pan de papa, pan de queso y otros panes enfriados o congelados con relleno y masas para panes	40	40	X unidades/fatias que corresponda	X unidades/rebanadas que corresponda
Pão de batata, pão de queijo e outros resfriados e congelados sem recheio, chipa paraguaia	Pan de papa, pan de queso y otros panes enfriados o congelados sin relleno, chipa paraguaya	50	50	X unidades/fatias que corresponda	X unidades/rebanadas que corresponda
Pipoca	Pororó, pochoclo, palomitas dulces o saladas	25	25	1 xícara	1 taza
Torradas	Tostadas	30	30	X unidades que corresponda	X unidades que corresponda
tofu	Tofu	40	40	1 fatia	1 rebanada
Trigo para kibe e proteína texturizado de soja	Trigo para kibe y proteína de soja texturizada	50	50	1/3 xícara	1/3 taza
Leguminosas secas, todas	Leguminosas secas, todas	60	60	X xícaras que correspondam	X tazas que correspondan
Pós para preparar flans e sobremesas	Polvos para preparar flanes y postres	quantidade suficiente para preparar 120 g	cantidad suficiente para preparar 120 g	x colheres que correspondam	X cucharas que correspondan
sagu	Tapioca	30	30	2 colheres de sopa	2 cucharas de sopa
massas para pasteis e panquecas	Masa para empanadas, pasteles y panqueques	30	30	X unidades que corresponda	x unidades que corresponda
massa para tortas salgadas	Masa para tarta	30	30	x fração que corresponda	x fracción que corresponda
massa para pizza	Masa para pizza	40	40	X fatias que corresponda	x fracción que corresponda
farinha de rosca	Pan rallado, galleta molida y rebozador	30	30	3 colheres de sopa	3 cucharas de sopa
Preparações a base de soja tipo: milanesa, almondegas e hamburguer)	Preparaciones a base de soja (tipo: milanesa, albóndiga y hamburguesa)	80	80	x unidades que correspondam	X unidades que corresponda
Mistura para sopa paraguaia y chipaguazú	Mezcla para sopa paraguaya y chipaguazú	quantidade suficiente para preparar 150 g	cantidad suficiente para preparar 150 g	1 fatia	1 rebanada

TABELA I - PRODUTOS DE PANIFICAÇÃO, CEREAIS, LEGUMINOSAS, RAIZES E TUBÉRCULOS, E SEUS DERIVADOS (1 porção aproximadamente 150 Kcal)

TABLA I - PRODUCTOS DE PANIFICACIÓN, CERALES, LEGUMINOSAS, RAICES, TUBÉRCULOS, Y SUS DERIVADOS (1 porción aproximadamente 150 Kcal)

Produtos	Productos	porção	porción	porção	porción
Português	Español	(g/ml)	(g/ml)	medida caseira	medidas caseras
Pré-mistura para preparar bori-bori	Pre-mezcla para preparar bori-bori	quantidade suficiente para preparar 80 g	cantidad suficiente para preparar 80 g	x colheres que correspondam	x cucharadas que correspondan
Pré-mistura para preparar chipa paraguaia e mbeyu e outros pães	Pre-mezcla para preparar chipa paraguay y mbeyu y otros panes	quantidade suficiente para preparar 50 g	cantidad suficiente para preparar 50 g	x colheres que correspondam	x cucharadas que correspondan
Preparado desidratados para pures de tuberculos	Preparados deshidratados para purés de tubérculos	quantidade suficiente para preparar 150 g	cantidad suficiente para preparar 150 g	X xícaras/ colheres de sopa que correspondam	X tazas/ cucharas de sopa que correspondan
pós para preparar bolos e tortas	Polvos para tortas, bizcochuelos y budines	quantidade suficiente para preparar 60 g	cantidad suficiente para preparar 60g	x colheres que correspondam	X cucharas que correspondan

TABELA II - VERDURAS, HORTALIÇAS E CONSERVAS VEGETAIS (1 porção aproximadamente 30 kcal)					
TABLA II - HORTALIZAS Y CONSERVAS VEGETALES (1 porción aproximadamente 30 kcal)					
Produtos	Productos				
Português	Español	porção (g/ml)	porción (g/ml)	medida caseira	
Concentrado de vegetais triplo, (extrato)	Concentrado de vegetales triple (extracto)	30	30	2 colheres de sopa	2 cucharas de sopa
Concentrado de vegetais	Concentrado de vegetales	15	15	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Purê ou polpa de vegetais, incluindo tomate	Puré o pulpa de vegetales incluido tomate	60	60	3 colheres de sopa	3 cucharas de sopa
Molho de tomate ou a base de tomate e outros vegetais	Salsa de tomate o a base de tomate y otros vegetales	60	60	3 colheres de sopa	3 cucharas de sopa
Picles e alcaparras	Pickles y alcaparras	15	15	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Sucos de vegetais, frutas e sojas	Jugos vegetales, frutas y soja	200 ml	200 ml	1 copo	1 vaso
Vegetais desidratados em conserva (tomate seco)	Vegetales deshidratados en conserva (tomate seco)	40	40	x colheres que correspondam	x cucharas que correspondan
Vegetais desidratados para sopa	Vegetales deshidratados para sopa	40	40	x colheres que correspondam	x cucharas que correspondan
Vegetais desidratados para pure	Vegetales deshidratados para puré	quantidade suficiente para preparar 150 g	cantidad suficiente para preparar 150 g	x colheres que correspondam	x cucharas que correspondan
Vegetais em conserva (alcachofra, aspargo, cogumelos, pimentão, pepino e palmito) em salmora, vinagre e azeite	Vegetales en conserva (alcaucil, espárrago, hongos, ajíes, pepino y palmitos) en salmuera, vinagre y aceites	50	50	X unidades/xícaras que corresponda	X unidades/tazas que corresponda
Jardineira e outras conservas de vegetais e legumes (cenouras, ervilhas, milho, tomate pelado e outros)	Jardineras y otras conservas de vegetales y legumbres (zanahorias, arvejas, choclo, tomate pelado y otros)	130	130	X xícara que corresponda	X taza que corresponda
vegetais empanados	Milanesas de vegetales	80	80	x unidades que correspondam	x unidades que correspondan

TABELA III - FRUTAS, SUCOS, NECTARS E REFRESCOS DE FRUTAS (1 porção aproximadamente 70 kcal)					
TABLA III - FRUTAS, JUGOS, NECTARES Y REFRESCOS DE FRUTAS (1 porción aproximadamente 70 kcal)					
Produtos	Productos				
Português	Español	porção (g/ml)	porción (g/ml)	medida caseira	medidas caseras
Polpa de frutas para refresco, sucos concentrados de frutas e desidratados	Pulpa de frutas para refrescos, jugos concentrados de frutas y deshidratados	quantidade suficiente para preparar 200 ml	cantidad suficiente para preparar 200 ml	x colheres que correspondam	x cucharas que correspondan
Polpa de frutas para sobremesas	Pulpa de frutas para postres	50	50	x colheres que correspondam	x cucharas que correspondan
Suco, néctar e bebidas de frutas	Jugo, néctar y refrescos bebidas de frutas	200 ml	200 ml	1 copo	1 vaso
Frutas desidratadas (peras, pêssegos, abacaxi, ameixas, partes comestíveis)	Frutas deshidratadas (peras, duraznos, ananá, ciruelas, parte comestible)	50	50	X unidades/ colheres que corresponda	X unidades/ cucharas que corresponda
uva passa	pasas de uva	30	30	x colheres que correspondam	x cucharas que correspondan
fruta em conserva, incluindo salada de frutas	Frutas en conserva, incluido ensalada y cóctel de frutas	140	140	X unidades/ colheres que corresponda	X unidades/ cucharas que corresponda

TABELA IV - LEITE E DERIVADOS (1 porção aproximadamente 125 kcal)					
TABLA IV - LECHE Y DERIVADOS (1 porción aproximadamente 125 kcal)					
Produtos	Productos				
Português	Español	porção (g/ml)	porción (g/ml)	medida caseira	medidas caseras
Bebida láctea	Bebida láctea	200 ml	200 ml	1 copo	1 vaso
Leites fermentados, logurte, todos os tipos	Leche fermentada, yoghurt, todos los tipos	200	200	1 copo	1 vaso
Leite fluido, todos os tipos	Lecha fluida, todos los tipos	200 ml	200 ml	1 copo	1 vaso
Leite evaporado	Lecha evaporada	quantidade suficiente para preparar 200 ml	cantidad suficiente para preparar 200 ml	X colheres que correspondam	X cucharas que corresponda
Queijo ralado	Queso rallado	10	10	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Queijo cottage, ricota desnatado, queijo minas, requeijão desnatado e petit-suisse	Quesos cottage, ricota descremada, queso blanco y untable descremado	50	50	2 colheres de sopa	2 cucharas de sopa
Outros queijos (ricota, semi duros, branco, requeijão, queijo cremoso, fundidos e em pasta)	Otros quesos (ricota, semiduros blanco, untables, quesos cremosos, fundidos y en pasta)	30	30	X colheres/ fatia que correspondam	X cucharas/rebanada que corresponda
Leite em pó	Leche en polvo	quantidade suficiente para preparar 200 ml	cantidad suficiente para preparar 200 ml	X colheres que correspondam	X cucharas que corresponda
Sobremesas Lácteas	Postres lácteos	120	120	1 unidade ou 1/2 xícara	1 unidad o 1/2 taza
Pós para preparar sobremesas lácteas	Polvos para preparar postres lácteos	quantidade suficiente para preparar 120 g	cantidad suficiente para preparar 120 g	X colheres que correspondam	X cucharas que corresponda
Pós para preparar sorvetes	Polvo para helados	quantidade suficiente para preparar 50 g	cantidad suficiente para preparar 50 g	X colheres que correspondam	X cucharas que corresponda

TABELA V - CARNES E OVOS (1 porção aproximadamente 125 kcal)					
TABLA V - CARNES Y HUEVOS (1 porción aproximadamente 125 kcal)					
Produtos	Productos				
Português	Español	porção (g/ml)	porción (g/ml)	medida caseira	medidas caseras
Almôndegas a base de carnes	Albóndigas a base de carnes	80	80	X unidades que corresponda	X unidades que corresponda
Anchovas em conserva	Anchoas en conserva	15	15	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Apresentado e Corned Beef	Jamonada, Corned Beef	30	30	1 fatia	1 rebanada
Atum, sardinha, pescado, mariscos, outros peixes em conserva com ou sem molhos	Atún, sardina, caballa, y otros pescados con o sin salsas	60	60	3 colheres de sopa/unidad que corresponda	3 cucharas de sopa/unidad que corresponda
Caviar	Caviar	10	10	1 colher de chá	1 cuchara de té
Charque	Charqui, charque, tasajo.	30	30	x frações de prato que correspondam	X fracciones de plato que corresponda
Hambúrguer a base de carnes	Hamburguesas a base de carnes	80	80	X unidades que corresponda	X unidades que corresponda
Lingüiça, salsicha, todos os tipos	Chorizos, salchichas, todos los tipos	50	50	X unidade/fração que corresponda	X unidades/fracción que corresponda
kani-kama	Derivados del Surimi	20	20	X unidades ou colheres que corresponda	X unidades o cucharas que corresponda
Preparações de carnes temperados, defumadas, cozidas ou não	Preparaciones de carnes condimentadas, ahumadas, cocidas o no	100	100	X unidades que corresponda	X unidades que corresponda
Preparações de carnes com farinhas ou empanadas	Preparaciones de carnes con harinas o rebozadas	130	130	X unidades que corresponda	X unidades que corresponda
Embutidos, fiambre e presunto	Embutidos, fiambres	40	40	X unidade/fatia que corresponda	X unidades/feta que corresponda
Peito de peru, blanquet	Blanco de pavita	60	60	X unidade/fatia que corresponda	X unidades/feta que corresponda
Patês (presunto, fígado e bacon, etc..)	Patés (jamón, hígado, panceta, etc.)	10	10	1 colher de chá	1 cuchara de té
ovo	Huevo	x gramas que corresponda	x gramos que corresponda	1 unidade	1 unidad

TABELA VI - ÓLEOS, GORDURAS E SEMENTES OLEAGIOSAS(1 porção aproximadamente 100 kcal)					
TABLA VI - ACEITES, GRASAS Y SEMILLAS OLEAGINOSAS (1 porción aproximadamente 100 kcal)					
Produtos	Productos				
Português	Español	porção (g/ml)	porción (g/ml)	medida caseira	medidas caseras
óleos vegetais, todos os tipos	Aceites vegetales, todos los tipos	13 ml	13 ml	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Azeitona	Aceituna	20	20	x unidades que correspondam	X unidades que corresponda
Bacon em pedaços - defumado ou fresco	Panceta en trozos, ahumada o fresca	10	10	1 fatia	1 rebanada
Banha e gorduras animais	Grasas animales	10	10	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Gordura vegetal	Grasas vegetales	10	10	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Maionese e molhos a base de maionese	Mayonesa y salsas a base de mayonesa	12	12	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Manteiga, margarina e similares	Manteca, margarina y similares	10	10	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Molhos para saladas a base de óleo (todos os tipos)	Salsas para ensaladas a base de aceite	13 ml	13 ml	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Chantilly	Crema Chantilly	20	20	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Creme de leite	Crema de leche	15	15	1 colher e 1/2 de sopa	1 cuchara y 1/2 de sopa
Leite de coco	Leche de coco	15	15	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Coco ralado	Coco rallado	12	12	2 colheres de chá	2 cucharas de té
Sementes oleaginosas (misturados, cortados, picados, inteiros)	Semillas oleaginosas (mezcladas, cortadas, picadas, enteras)	15	15	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa

TABELA VII - AÇÚCARES E PRODUTOS COM ENERGIA PROVENIENTE DE CARBOIDRATOS E GORDURAS (1 porção aproximadamente 100 kcal)					
TABLA VII - AZUCARES Y PRODUCTOS CON ENERGÍA PROVENIENTE DE CARBOHIDRATOS Y GRASAS (1 porción aproximadamente 100 kcal)					
Produtos	Productos				
Português	Español	porção (g/ml)	porción (g/ml)	medida caseira	medidas caseras
Açúcar, todos os tipos	Azúcar, todos los tipos	5	5	1 colher de chá	1 cuchara de té
Achocolatado em pó, pós com base de cacau, chocolate em pó e cacau em pó	Polvo achocolatado, polvos a base de cacao, chocolate en polvo y cacao en polvo	20	20	2 colheres de sopa	2 cucharas de sopa
Doces em corte (goiaba, marmelo, figo, batata, etc)	Dulces de corte (guayaba, membrillo, higo, batata, etc.)	40	40	1 fatia	1 rebanada
Doces em pasta (abóbora, goiaba, leite, banana, mocotó),	Dulces en pasta (calabaza, guayaba, de leche, banana, mocoto)	20	20	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Geléias diversas	Mermeladas y jaleas diversas	20	20	1 colher de sopa	1 cuchara de sopa
Glucose de milho, mel, melado, cobertura de frutas, leite condensado e outros xaropes (cassis, groselha, framboesa, amora, guaraná etc)	Jarabe de maíz, miel, cobertura de frutas, leche condensada y otros jarabes (cassis, grosella, frambuesa, mora, guaraná, etc.)	20	20	x colheres que correspondam	x cuchara que correspondan
pó para gelatina	Polvo para gelatina y jaleas de fantasía	quantidade suficiente para preparar 120g	cantidad suficiente para preparar 120g	X colheres de sopa	X cucharas de sopa
Sobremesa de gelatina pronta	Postres de gelatina lista y jaleas de fantasía	120	120	1 unidade	1 unidad
* OS PRODUTOS ABAIXO SÃO CONSIDERADOS DE CONSUMO OCASIONAL					
* LOS PRODUCTOS PRESENTADOS A CONTINUACIÓN SON CONSIDERADOS DE CONSUMO OCASIONAL					
Frutas inteiras em conserva para adornos (cereja maraschino, framboesa)	Frutas enteras en conserva para adornos (cerezas al marrasquino, frambuesas)	20	20	x unidades que correspondem	x unidades que correspondan
Balas, pirulitos e pastilhas	Caramelos, chupetines y pastillas	20	20	x unidades que correspondem	x unidades que correspondan
Goma de mascar	gomas de mascar	3	3	x unidades que correspondem	x unidades que correspondan
Chocolates, bombons e similares	Chocolates, bombones y similares	25	25	x unidades/fração que correspondem	X unidades/fracción que corresponden
confeitos de chocolate e drageados em geral	Confites de chocolate y grageados en general, garrapiñadas	25	25	X colheres/unidades que correspondam	X cucharas/unidades que correspondan
Sorvetes de massa	Helados	60 g ou 130 ml	60 g o 130 ml	1 bola ou unidades que correspondam	1 bola o unidades que correspondan
Sorvetes individuais	Helados en envase individual	60 g ou 130 ml	60 g o 130 ml	x unidades que correspondem	x unidades que correspondan

Barra de cereais com mais de 10% de gorduras, torrões, pé de moleque e paçoca	Barra de cereales con mas de 10% de grasas, turrões, dulce de maní, pasta de maní	20	20	x unidades/fração que correspondem	X unidades/ fracción que corresponden
TABELA VII - AÇÚCARES E PRODUTOS COM ENERGIA PROVENIENTE DE CARBOIDRATOS E GORDURAS (1 porção aproximadamente 100 kcal)					
TABLA VII - AZUCARES Y PRODUCTOS CON ENERGÍA PROVENIENTE DE CARBOHIDRATOS Y GRASAS (1 porción aproximadamente 100 kcal)					
Produtos	Productos				
Português	Español	porção (g/ml)	porción (g/ml)	medida caseira	medidas caseras
* OS PRODUTOS ABAIXO SÃO CONSIDERADOS DE CONSUMO OCASIONAL					
* LOS PRODUCTOS PRESENTADOS A CONTINUACIÓN SON CONSIDERADOS DE CONSUMO OCASIONAL					
Bebidas não alcoólicas, carbonadas ou não (chá, bebidas a base de soja e refrigerantes)	Bebidas sin alcohol carbonatadas o no (te, bebidas a base de soja y refrescos)	200 ml	200 ml	1 xícara/copo	1 taza/vaso
Pós para preparo de refresco	Polvo para preparar refrescos	quantidade suficiente para preparar 200 ml	cantidad suficiente para preparar 200 ml	X colheres de sopa	X cucharas de sopa
Biscoito doce, com ou sem recheio	Galletitas dulces, con o sin relleno	30	30	x unidades que correspondem	x unidades que correspondan
Brownies e alfarrões	Brownies y alfajores	40	40	x unidades que correspondem	x unidades que corresponden
Frutas cristalizadas	Frutas brillantadas	30	30	x unidades/colheres que correspondem	X unidades /cucharas que corresponden
Panettone	Pan Dulce	80	80	x unidades/fatias que correspondem	X unidades/rebanadas que corresponden
bolo com frutas	Tortas, budines con frutas	60	60	x unidades/fatias que correspondem	X unidades/rebanadas que corresponden
bolos e similares com recheio e/ou cobertura	Tortas, budines con relleno y/o coberturas	60	60	x unidades/fatias que correspondem	X unidades/rebanadas que corresponden
Pão croissant, produtos de panificação, salgados ou doces com recheio e/ou cobertura	Facturas, productos de pastelería, salados o dulces con relleno y/o cobertura	40	40	x unidades que correspondem	x unidades que corresponden
snacks a base de cereais e farinhas para petisco	Productos para copetín a base de cereales y harinas, extruidos o no	25	25	X xícara	X taza
mistura para preparo de docinho, cobertura para bolos, tortas e sorvetes, etc.	Mezcla para la preparación de rellenos, coberturas para tortas y helados y otros	20	20	X colheres de sopa que correspondam	X cucharas de sopa que correspondan

TABELA VIII - MOLHOS, TEMPEROS PRONTOS, CALDOS, SOPAS E PRATOS PREPARADOS					
TABLA VIII - SALSAS, ADEREZOS, CALDOS, SOPAS Y PLATOS PREPARADOS					
Produtos	Productos				
Português	Español	porção (g/ml)	porción (g/ml)	medida caseira	medidas caseras
Caldo (carne, galinha, legumes, etc) e pós para sopa incluindo (bori-bori, pirá caldo, soyo)	Caldo (carne, gallina, legumbres, etc.) y polvos para sopa incluye (bori-bori, pirá caldo, soyo)	quantidade suficiente para 250 ml	cantidad suficiente para preparar 250ml	x colheres/fração/unidades que correspondam	X cucharas de sopa/fracción /unidades que correspondan
Catchup e mostarda	Ketchup y mostaza	12	12	1 colher de sopa	1 cucharas de sopa
Molhos a base de soja e ou vinagre	Salsas a base de soja y/o vinagre	x gramas que correspondam	x gramos que correspondan	1 colher de sopa	1 cucharas de sopa
Molhos a base de produtos lácteos ou caldos	Salsas a base de productos lácteos o caldos	x gramas que correspondam	x gramos que correspondan	2 colheres de sopa	2 cucharas de sopa
Pós para preparar molhos	Polvos para preparar salsas	quantidade suficiente para preparar 2 colheres de sopa	cantidad suficiente para preparar 2 cucharadas de sopa	X colheres de sopa que correspondam	X cucharas de sopa que correspondan
misso	misso	20	20	1 colher de sopa	1 cucharas de sopa
missoshiro	missoshiro	quantidade suficiente para 200 ml	cantidad suficiente para preparar 200ml	X colheres de sopa que correspondam	X cucharas de sopa que correspondan
extrato de soja	extracto de soja	30	30	2 colheres de sopa	2 cucharas de sopa
Pratos preparados prontos e semi-pronto não incluídos em outros itens da tabela	Platos preparados listos y semi-listos no incluidos en otros ítems de la tabla	x gramas (máximo de 500 Kcal)	x gramos (máximo de 500 Kcal)	x unidades/fração que corresponda	x unidades/fracción que corresponda
tempero completos	condimentos preparados	5g	5g	1 colher de chá	1 cuchara de té
* Onde não aparecem unidades de medida entende-se estarem os valores em gramas					
* Donde no figuran unidades de medida se entiende que los valores se expresan en gramos.					