



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

**RESOLUÇÃO DE DIRETORIA COLEGIADA – RDC Nº 359, DE 23 DE DEZEMBRO DE 2003**

**(Publicada em DOU nº 251, de 26 de dezembro de 2003)**

*Observação: Vide a RE nº 2.313, de 26 de julho de 2006, que determina a publicação de Procedimentos a serem observados para a implementação das Resoluções - RDC nº 359 e RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003.*

*Observação: Vide a Resolução- RDC nº 163, de 17 de agosto de 2006, que aprova o documento sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados em complemento às Resoluções-RDC nº 359 e RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003.*

A **Diretoria Colegiada da Agência Nacional de Vigilância Sanitária**, no uso da atribuição que lhe confere o art. 11 inciso IV do Regulamento da ANVISA aprovado pelo Decreto nº 3.029, de 16 de abril de 1999, c/c o art. 111, inciso I, alínea "b", § 1º do Regimento Interno aprovado pela Portaria nº 593, de 25 de agosto de 2000, republicada no DOU de 22 de dezembro de 2000, em reunião realizada em 17 de dezembro de 2003

Considerando a necessidade do constante aperfeiçoamento das ações de controle sanitário na área de alimentos visando a proteção à saúde da população;

Considerando a importância de compatibilizar a legislação nacional com base nos instrumentos harmonizados no Mercosul relacionados à rotulagem nutricional de alimentos embalados - Resolução GMC nº 47/03;

Considerando o direito dos consumidores de ter informações sobre as características e composição nutricional dos alimentos que adquirem;

Considerando a necessidade de estabelecer os tamanhos das porções dos alimentos embalados para fins de rotulagem nutricional;

Considerando que este Regulamento Técnico orientará e facilitará os responsáveis (fabricante, processador, fracionador e importador) dos alimentos para declaração de rotulagem nutricional;

Considerando que este Regulamento Técnico complementa o Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados?.

Aadotou a seguinte Resolução de Diretoria Colegiada e eu, Diretor-Presidente, em exercício, determino a sua publicação:

Art. 1º Aprovar o Regulamento Técnico de Porções de Alimentos Embalados para Fins de Rotulagem Nutricional, conforme o Anexo.



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

Art. 2º As empresas têm o prazo até 31 de julho de 2006 para se adequarem à mesma.

Art. 3º O descumprimento aos termos desta Resolução constitui infração sanitária sujeita aos dispositivos da Lei nº 6437, de 20 de agosto de 1977 e demais disposições aplicáveis.

Art. 4º Esta Resolução entra em vigor na data de sua publicação.

RICARDO OLIVA

**ANEXO**

**REGULAMENTO TÉCNICO DE PORÇÕES DE ALIMENTOS EMBALADOS  
PARA FINS DE ROTULAGEM NUTRICIONAL**

**1. ÂMBITO DE APLICAÇÃO**

O presente Regulamento Técnico se aplica à rotulagem nutricional dos alimentos produzidos e comercializados, qualquer que seja sua origem, embalados na ausência do cliente e prontos para serem oferecidos aos consumidores.

O presente Regulamento Técnico se aplica sem prejuízo das disposições estabelecidas em Regulamentos Técnicos vigentes sobre Rotulagem de Alimentos Embalados e/ou em qualquer outro Regulamento Técnico específico.

**2. DEFINIÇÕES**

Para fins deste Regulamento Técnico se define como:

2.1. Porção: é a quantidade média do alimento que deveria ser consumida por pessoas saudias, maiores de 36 meses de idade em cada ocasião de consumo, com a finalidade de promover uma alimentação saudável.

2.2. Medida Caseira: é um utensílio comumente utilizado pelo consumidor para medir alimentos.

2.3. Unidade: cada um dos produtos alimentícios iguais ou similares contidos em uma mesma embalagem.

2.4. Fração: parte de um todo.



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

2.5. Fatia ou rodela: fração de espessura uniforme que se obtém de um alimento.

2.6. Prato preparado semi-pronto ou pronto: alimento preparado, cozido ou pré-cozido que não requer adição de ingredientes para seu consumo.

### 3. MEDIDAS CASEIRAS

3.1. Para fins deste Regulamento Técnico e para efeito de declaração na rotulagem nutricional, estabeleceu-se a medida caseira e sua relação com a porção correspondente em gramas ou mililitros detalhando-se os utensílios geralmente utilizados, suas capacidades e dimensões aproximadas conforme consta da tabela abaixo:

Medida caseira	Capacidade ou dimensão
Xícara de chá	200 cm <sup>3</sup> ou ml
Copo	200 cm <sup>3</sup> ou ml
Colher de sopa	10 cm <sup>3</sup> ou ml
Colher de chá	5 cm <sup>3</sup> ou ml
Prato raso	22 cm de diâmetro
Prato fundo	250 cm <sup>3</sup> ou ml

3.2. As outras formas de declaração de medidas caseiras estabelecidas na tabela do Anexo (fatia, rodela, fração ou unidade) devem ser as mais apropriadas para o produto específico. A indicação quantitativa da porção (g ou ml) será declarada segundo o estabelecido no Regulamento Técnico específico.

3.3. A porção, expressa em medidas caseiras, deve ser indicada em valores inteiros ou suas frações de acordo ao estabelecido nas seguintes tabelas:

Para valores menores ou iguais que a unidade de medida caseira

PERCENTUAL DE MEDIDA CASEIRA	FRAÇÃO A INDICAR
Até 30%	1/4 de ..... (medida caseira)
De 31% a 70%	1/2 de ..... (medida caseira)
De 71% a 130%	1 ..... (medida caseira)

Para valores maiores que a unidade de medida caseira:

De 131% a 170%	1 e 1/2 de ..... (medida caseira)
De 171% a 230%	2 ..... (medida caseira)

### 4. METODOLOGIA A SER EMPREGADA PARA DETERMINAR O TAMANHO DA PORÇÃO

4.1. Para fins de estabelecer o tamanho da porção deve ser considerado:



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

a) que se tomou como base uma alimentação diária de 2000 Kcal ou 8400 kJ. Os alimentos foram classificados em NÍVEIS e GRUPOS DE ALIMENTOS, determinando-se o VALOR ENERGÉTICO MÉDIO que contém cada grupo, o NÚMERO DE PORÇÕES recomendadas e o VALOR ENERGÉTICO MÉDIO que corresponder para cada porção.

b) que para os alimentos de consumo ocasional dentro de uma alimentação saudável correspondente ao Grupo VII, não será considerado o valor energético médio estabelecido para o grupo.

c) Que outros produtos alimentícios não classificados nos 4 níveis estão incluídos no Grupo VIII denominado de "Molhos, temperos prontos, caldos, sopas e pratos preparados"

NÍVEL	GRUPOS DE ALIMENTOS	VALOR ENERGÉTICO MÉDIO (VE)		NÚMERO DE PORÇÕES	VALOR ENRGÉTICO MÉDIO POR PORÇÃO	
		cal	J		cal	J
	I – Produtos de panificação, cereais, leguminosas, raízes, tubérculos e seus derivados	900	3800	6	150	630
	II – Verduras, hortaliças e conservas vegetais	300	2260	3	30	125
	III – Frutas, sucos, néctares e refrescos de frutas			3	70	295
	IV – Leite e derivados	500	2100	2	125	525
	V – Carnes e ovos			2	125	525
	VI – Óleos, gorduras, e sementes oleaginosas	300	1260	2	100	420
	VII – Açúcares e produtos que fornecem energia provenientes de carboidratos e gorduras			1	100	420
-	VIII – Molhos, temperos prontos, caldos, sopas e pratos preparados	-----	-----	-----	-----	-----

**5) INSTRUÇÕES PARA O USO DA TABELA DE PORÇÕES E CRITÉRIOS PARA SUA APLICAÇÃO NA ROTULAGEM NUTRICIONAL**



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

A porção harmonizada e a medida caseira correspondente devem ser utilizadas para a declaração de valor energético e nutrientes, em função do alimento ou grupo de alimentos, de acordo com a tabela de porções anexa ao presente Regulamento.

Para fins da declaração do valor energético e de nutrientes devem ser consideradas as seguintes situações, em função da forma de apresentação, uso e ou comercialização dos alimentos.

**5.1. Critérios de Tolerância**

**5.1.1. Alimentos apresentados em embalagem individual**

Considera-se embalagem individual aquela cujo conteúdo corresponde a uma porção usualmente consumida em cada ocasião de consumo. É aceita uma variação máxima de  $\pm 30\%$  em relação ao valor em gramas ou mililitros estabelecido para a porção do alimento, de acordo com a tabela anexa ao presente Regulamento. Para aqueles alimentos cujo conteúdo exceda essa variação, deve ser informado o número de porções contidas na embalagem individual, de acordo com o estabelecido na seguinte tabela:

Conteúdo inferior ou igual a 70% da porção estabelecida	Conteúdo entre 71% e 130% da porção estabelecida	Conteúdo entre 131% e 170% da porção estabelecida
A declaração da informação nutricional deve corresponder ao conteúdo líquido da embalagem.	A declaração da informação nutricional deve corresponder ao conteúdo líquido da embalagem.	A declaração da informação nutricional deve corresponder ao conteúdo líquido da embalagem.
A porção a ser declarada deve atender:	Deve ser declarada 1 (uma) seguido da medida caseira correspondente.	Deve ser declarada 1½ (uma e meia) seguido da medida caseira correspondente.
<p>- Quando o conteúdo líquido for inferior a 30%, será declarado 1/4 (um quarto) seguido da medida caseira correspondente;</p> <p>- Quando o conteúdo líquido estiver entre 31% e 70% será declarado 1/2 (meia) seguido da medida caseira correspondente.</p>		



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

5.1.2. Produtos apresentados em unidades de consumo ou fracionados

São aceitas variações máximas de  $\pm 30\%$  com relação aos valores em gramas ou mililitros estabelecidos para a porção de alimentos para os quais a medida foi estabelecida como “X unidades correspondentes” ou “fração correspondente”.

5.2. Alimentos semi-prontos ou prontos para o consumo

O tamanho da porção deve ser estabelecido considerando o máximo de 500 kcal ou 2100 kJ, exceto para aqueles alimentos incluídos na tabela anexa ao presente Regulamento.

5.3. Alimentos concentrados, em pó ou desidratados para preparar alimentos que necessitem reconstituição, com ou sem adição de outros ingredientes

A porção a ser declarada deve ser a quantidade suficiente do produto, tal como se oferece ao consumidor, para preparar a quantidade estabelecida de produto final indicado na tabela anexa em cada caso particular. Pode também ser declarada a porção do alimento preparado quando forem indicadas as instruções específicas de preparo e as informações referentes aos alimentos prontos para o consumo.

5.4. Alimentos utilizados usualmente como ingredientes

A porção deve corresponder à quantidade de produto usualmente utilizada nas preparações mais comuns, não devendo ultrapassar o valor energético por porção correspondente ao grupo a que pertence.

5.5. Alimentos com duas fases separáveis

A porção deve corresponder à fase drenada ou escorrida, exceto para aqueles alimentos onde tanto a parte sólida quanto a líquida são habitualmente consumidas. A informação nutricional deve informar claramente sobre qual ou quais partes do alimento se refere à declaração.

5.6. Alimentos que se apresentam com partes não comestíveis

A porção se aplica a parte comestível. A informação nutricional deve informar claramente que a mesma se refere à parte comestível.

5.7. Alimentos apresentados em embalagens com várias unidades

Para fins de aplicação das seguintes situações, se entende por unidades idênticas ou de natureza similar, aquelas que por sua composição nutricional, ingredientes utilizados e características mais destacáveis podem ser consideradas, em termos gerais,



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

como alimentos similares e comparáveis. Quando essas condições não ocorrerem, se considera que as unidades são de diferente natureza ou diferentes tipos de alimentos.

**5.7.1. Unidades idênticas ou de natureza similar**

A porção do alimento que se apresente na embalagem que contenha unidades idênticas ou de natureza similar disponíveis para consumo individual, é aquela estabelecida na tabela anexa. A informação nutricional deve corresponder ao valor médio das unidades.

**5.7.2. Unidades de diferente natureza**

A porção do alimento que se apresente em uma embalagem que contenha unidades de diferente natureza, disponíveis para consumo individual, é a correspondente, segundo a tabela, a cada um dos alimentos presentes na embalagem. Deve ser declarado o valor energético e o conteúdo de nutrientes de cada uma das unidades.

**5.8. Alimentos compostos** Considera-se alimento composto aquele cuja apresentação inclua dois ou mais alimentos embalados separadamente com instruções de preparo ou cujo uso habitual sugira seu consumo conjunto. A informação nutricional deve referir-se a porção do alimento combinado, ou seja, a soma das porções de cada um dos produtos individuais. A informação relativa à medida caseira deve ser correspondente ao produto principal estabelecida na tabela anexa ao presente Regulamento.



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

TABELA I – PRODUTOS DE PANIFICAÇÃO, CEREAIS, LEGUMINOSAS, RAÍZES E TUBÉRCULOS, E SEUS DERIVADOS (1 porção aproximadamente 150 kcal)					
TABLA I - PRODUCTOS DE PANIFICACIÓN, CEREALES, 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	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Arroz cru	Arroz crudo	50	50	<b>1/4 de xícara</b>	<b>1/4 de taza</b>
Aveia em flocos sem outros ingredientes	Avena arrollada sin otros ingredientes	30	30	<b>2 colheres de sopa</b>	<b>2 cucharas de sopa</b>
Barra de cereais com até 10% de gordura	Barra de cereales con hasta 10% de grasa	30	30	<b>X unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Batata, mandioca e outros tubérculos, cozidos em água, embalados à vácuo	Papa, mandioca y otros tubérculos cocidos en agua, envasados al vacío	150	150	<b>X unidades que corresponda ou X xícaras</b>	<b>X unidades/tazas que correspondan</b>
Batata e mandioca pré-frita congelada	Papa y mandioca pre-frita congelada	85	85	<b>X unidades/xícaras que corresponda</b>	<b>X unidades/tazas que correspondan</b>
Produtos a base de tubérculos e cereais pré-	Productos a base de tubérculos y cereales pre-	85	85	<b>X unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que corresponda</b>





Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

fritos e ou congelados	fritos y/o congelados				
Biscoito salgados, integrais e grissines	Galletitas saladas, integrales y grisines	30	30	<b>X unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Bolos, todos os tipos sem recheio	Bizcochuelos, budines y tortas, sin relleno	60	60	<b>1 fatia/ fracción que corresponda</b>	<b>1 rebanada/fracción que corresponda</b>
Canjica (grão cru)	Maíz blanco, loco (crudo)	50	50	<b>1/3 xícara</b>	<b>1/3 taza</b>
Cereal matinal pesando até 45g por xícara - Leves	Cereales para desayuno que pesan hasta 45 g por taza - livianos	30	30	<b>X xícaras que correspondam</b>	<b>x tazas que correspondan</b>
Cereal matinal pesando mais do que 45 g por xícara	Cereales para desayuno que pesan más de 45 g por taza	40	40	<b>X xícaras que correspondam</b>	<b>x tazas que correspondan</b>
Cereais integrais crus	cereales integrales crudos	45	45	<b>X xícaras que correspondam</b>	<b>x tazas que correspondan</b>
Farinhas de cereais e tubérculos, todos os tipos	Harinas de cereales y tubérculos, todos los tipos	50	50	<b>X xícara</b>	<b>X taza</b>
Farelo de cereais e germe de trigo	Salvado y germen de trigo	10	10	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Farinha Láctea	Harina láctea	30	30	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
farofa pronta	Harina gruesa de	35	35	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

	mandioca tostada				
Massa alimentícia seca	Fideos y Pastas secas	80	80	<b>X prato/ xícara que correspondam</b>	<b>X plato/ taza que correspondan</b>
Massa desidratada com recheio	Fideos y Pastas deshidratadas con relleno	70	70	<b>X prato/ xícara que correspondam</b>	<b>X plato/ taza que correspondan</b>
Massas frescas com e sem recheios	Fideos y Pastas frescas con o sin relleno	100	100	<b>X prato/ xícara que correspondam</b>	<b>X plato/ taza que correspondan</b>
Pães embalados fatiados ou não, com ou sem recheio	Panes envasados feteados o no, con o sin relleno	50	50	<b>X unidades/fatias que corresponda</b>	<b>X unidades/fetas que corresponda</b>
Pães embalados de consumo individual, chipa paraguaia	Panes envasados de consumo individual, chipa paraguaya	50	50	<b>X unidades que corresponda</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Pão doce sem frutas	Pan endulzado sin frutas	40	40	<b>X unidades que corresponda</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Pão croissant, outros produtos de panificação, salgados ou doces	Facturas y productos de pastelería, salados o dulces sin relleno	40	40	<b>X unidades que corresponda</b>	<b>X unidades que corresponda</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

sem recheio					
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 en-friados o congelados con relleno y masas para panes	40	40	<b>X unidades/fatias que corresponda</b>	<b>X unidades/rebanadas que corresponda</b>
Pão de batata, pão de queijo e outros resfriados e congelados sem recheio, chipa paraguaia	Pan de papa, pan de queso y otros panes en-friados o congelados sin relleno, chipa paraguayaya	50	50	<b>X unidades/fatias que corresponda</b>	<b>X unidades/rebanadas que corresponda</b>
Pipoca	Pororó, pochoclo, palomitas dulces o saladas	25	25	<b>1 xícara</b>	<b>1 taza</b>
Torradas	Tostada	30	30	<b>X unidades que corresponda</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Tofu	Tofu	40	40	<b>1 fatia</b>	<b>1 rebanada</b>
Trigo para kibe e proteína texturizada de soja	Trigo para kibe y proteína de soja texturizada	50	50	<b>1/3 xícara</b>	<b>1/3 taza</b>
Leguminosas secas,	Leguminosas secas,	60	60	<b>X xícaras que</b>	<b>X tazas que</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

todas	todas			<b>correspon- dam</b>	<b>correspondan</b>
Pós para preparar flans e sobremesas	Polvos para preparar flanes y postres	quantidade suficiente para preparar 120 g	cantidad suficiente para preparar 120 g	<b>x colheres que correspon- dam</b>	<b>X cucharas que correspondan</b>
Sagu	Tapioca	30	30	<b>2 colheres de sopa</b>	<b>2 cucharas de sopa</b>
massas para pasteis e panquecas	Masa para empanadas, pasteles y panqueques	30	30	<b>X unidades que correspon- da</b>	<b>x unidades que corresponda</b>
massa para tortas salgadas	Masa para tarta	30	30	<b>x fração que corresponda</b>	<b>x fracción que corresponda</b>
massa para pizza	Masa para pizza	40	40	<b>X fatias que corresponda</b>	<b>x fracción que corresponda</b>
farinha de rosca	Pan rallado, galleta molida y rebozador	30	30	<b>3 colheres de sopa</b>	<b>3 cucharas de sopa</b>
Preparações a base de soja tipo: milanesa, almôndegas e hambúrguer)	Preparaciones a base de soja (tipo: milanesa, albóndiga y hamburguesa)	80	80	<b>x unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Mistura para sopa paraguaia y chipaguazú	Mezcla para sopa paraguaya y chipaguazú	quantidade suficiente para preparar 150 g	cantidad suficiente para preparar 150 g	<b>1 fatia</b>	<b>1 rabanada</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

Pré-mistura para preparar bori-bori	Pre-mezcla para preparar bori-bori	quantidade suficiente para preparar 80 g	cantidad suficiente para preparar 80	<b>x colheres que corresponda</b>	<b>x cucharadas que correspondan</b>
Pré-mistura para preparar chipa paraguaia e mbeyu e outros pães	Pre-mezcla para preparar chipa paraguaya y mbeyu y otros panes	quantidade suficiente para preparar 50 g	cantidad suficiente para preparar 50 g	<b>x colheres que corresponda</b>	<b>x cucharadas que correspondan</b>
Preparado desidratados para purês de tubérculos	Preparados deshidratados para purês de tubérculos	quantidade suficiente para 150 g	cantidad suficiente para preparar 150 g	<b>X xícaras/ colheres de sopa que correspondam</b>	<b>X tazas/ cucharas de sopa que correspondan</b>
pós para preparar bolos e tortas	Polvos para tortas, bizcochuelos y budines	quantidade suficiente para preparar 60 g	cantidad suficiente para preparar 60g	<b>x colheres que corresponda</b>	<b>x cucharadas que correspondan</b>
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)	<b>medida caseira</b>	



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

Concentrado de vegetais triplo, (extrato)	Concentrado de vegetales triple (extracto)	30	30	<b>2 colheres de sopa</b>	<b>2 colheres de sopa</b>
Concentrado de vegetais	Concentrado de vegetales	15	15	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 colher de sopa</b>
Purê ou polpa de vegetais, incluindo tomate	Puré o pulpa de vegetales incluindo tomate	60	60	<b>3 colheres de sopa</b>	<b>3 colheres de sopa</b>
Molho de tomate ou a base de tomate e outros vegetais	Salsa de tomate o a base de tomate y otros vegetales	60	60	<b>3 colheres de sopa</b>	<b>3 colheres de sopa</b>
Picles e alcaparras	Pickles y alcaparras	15	15	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 colher de sopa</b>
Sucos de vegetais, frutas e sojas	Jugos vegetales, frutas y soja	200ml	200ml	<b>1 copo</b>	<b>1 copo</b>
Vegetais desidratados em conserva (tomate seco)	Vegetales deshidratados en conserva (tomate seco)	40	40	<b>x colheres que corresponda</b>	<b>x colheres que correspondam</b>
Vegetais desidratados para sopa	Vegetales deshidratados para sopa	40	40	<b>x colheres que corresponda</b>	<b>x colheres que correspondam</b>
Vegetais desidratados para purê	Vegetales deshidratados para puré	quantidade suficiente para 150 g	cantidad suficiente para preparar 150 g	<b>x colheres que corresponda</b>	<b>x colheres que correspondam</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

Vegetais em conserva (alcachofra, aspargo, cogumelos, pimentão, pepino e palmito) em salmoura, vinagre e azeite	Vegetales en conserva (alcaucil, espárrago, hongos, ajíes, pepino y palmitos) en salmuera, vinagre y aceites	50	50	<b>X unidades/xícaras que corresponda</b>	<b>X unidades/tazas que corresponda</b>
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, chocolate, tomate pelado y otros)	130	130	<b>X xícara que corresponda</b>	<b>X taza que corresponda</b>
vegetais empanados	Milanesas de vegetales	80	80	<b>x unidades que correspondam</b>	<b>x unidades que correspondan</b>
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				



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

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	<b>x colheres que correspondam</b>	<b>x cucharas que correspondan</b>
Polpa de frutas para sobremesas	Pulpa de frutas para postres	50	50	<b>x colheres que correspondam</b>	<b>x cucharas que correspondan</b>
Suco, néctar e bebidas de frutas	Jugo, néctar y refrescos bebidas de frutas	200ml	200ml	<b>1 copo</b>	<b>1 vaso</b>
Frutas desidratadas (peras, pêsegos, abacaxi, ameixas, partes comestíveis)	Frutas deshidratadas (peras, duraznos, ananá, ciruelas, parte comestible)	50	50	<b>X unidades/ colheres que corresponda</b>	<b>X unidades/ cucharas que corresponda</b>
Uva passa	Pasas de uva	30	30	<b>x colheres que correspondam</b>	<b>x cucharas que correspondan</b>
fruta em conserva, incluindo salada de frutas	Frutas en conserva, incluindo ensalada y cóctel de frutas	140	140	<b>X unidades/ colheres que corresponda</b>	<b>X unidades/ cucharas que corresponda</b>





Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

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	200ml	200ml	<b>1 copo</b>	<b>1 vaso</b>
Leites fermentados, Iogurte, todos os tipos	Leche fermentada, yoghurt, todos los tipos	200	200	<b>1 copo</b>	<b>1 vaso</b>
Leite fluido, todos os tipos	Lecha fluida, todos los tipos	200ml	200ml	<b>1 copo</b>	<b>1 vaso</b>
Leite evaporado	Lecha evaporada	quantidade suficiente para preparar 200 ml	cantidad suficiente para preparar 200 ml	<b>X colheres que correspondam</b>	<b>X cucharas que corresponda</b>
Queijo ralado	Queso ralado	10	10	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Queijo cottage, ricota desnatado, queijo minas, requeijão desnatado e petit-suisse	Quesos cottage, ricota descremada, queso blanco y untable descremado	50	50	<b>2 colheres de sopa</b>	<b>2 cucharas de sopa</b>
Outros queijos (ricota, semi-duros, branco, requeijão,	Otros quesos (ricota, semiduros blanco, untables, quesos	30	30	<b>X colheres/ fatia que correspondam</b>	<b>X cucharas/rebanada que corresponda</b>



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

queijo cremoso, fundidos e em pasta)	cremosos, fundidos y en pasta)				
Leite em pó	Leche en polvo	quantidade suficiente para preparar 200 ml	cantidad suficiente para preparar 200 ml	<b>X colheres que correspondam</b>	<b>X colheres que correspondam</b>
Sobremesas Lácteas	Postres lácteos	120	120	<b>1 unidade ou 1/2 xícara</b>	<b>1 unidad o 1/2 taza</b>
Pós para preparar sobremesas lácteas	Polvos para preparar postres lácteos	quantidade suficiente para preparar 120 g	cantidad suficiente para preparar 120 g	<b>X colheres que correspondam</b>	<b>X colheres que correspondam</b>
Pós para preparar sorvetes	Polvo para helados	quantidade suficiente para preparar 50 g	cantidad suficiente para preparar 50 g	<b>X colheres que correspondam</b>	<b>X colheres que correspondam</b>
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)	<b>medida caseira</b>	<b>medidas caseras</b>
Almôndegas a base de carnes	Albóndigas a base de carnes	80	80	<b>X unidades que corresponda</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Anchoas em conserva	Anchoas en conserva	15	15	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

Apresentado e <i>Corned Beef</i>	Jamonada, Corned Beef	30	30	<b>1 fatia</b>	<b>1 rebanada</b>
Atum, sardinha, pescado, mariscos, outros peixes em conserva com ou sem molhos	Atún, sardina, caballa, y otros pescados con o sin salsas	60	60	<b>3 colheres de sopa/unidad que corresponda</b>	<b>3 cucharas de sopa/unidad que corresponda</b>
Caviar	Caviar	10	20	<b>1 colher de chá</b>	<b>1 cuchara de té</b>
Charque	Charqui, charque, tasajo.	30	30	<b>x frações de prato que correspondam</b>	<b>X fracciones de plato que corresponda</b>
Hambúrguer a base de carnes	Hamburguesas a base de carnes	80	80	<b>X unidades que corresponda</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Lingüiça, salsicha, todos os tipos	Chorizos, salchichas, todos los tipos	50	50	<b>X unidade/fração que corresponda</b>	<b>X unidades/fracción que corresponda</b>
kani-kama	Derivados del Surimi	20	20	<b>X unidades ou colheres que corresponda</b>	<b>X unidades o cucharas que corresponda</b>
Preparações de carnes temperadas, defumadas, cozidas ou não	Preparaciones de carnes condimentadas, ahumadas, cocidas o no	100	100	<b>X unidades que corresponda</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Preparações de carnes com farinhas ou empanadas	Preparaciones de carnes con harinas o rebozadas	130	130	<b>X unidades que corresponda</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Embutidos, fiambre e presunto	Embutidos, fiambres	40	40	<b>X unidade/fatia que corresponda</b>	<b>X unidades/feta que corresponda</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

Peito de peru, blanquet	Blanco de pavita	60	60	<b>X unidade/fatia que corresponda</b>	<b>X unidades/feta que corresponda</b>
Patês (presunto, fígado e bacon, etc..)	Patés (jamón, hígado, panceta, etc.)	10	10	<b>1 colher de chá</b>	<b>1 cuchara de té</b>
Ovo	Huevo	x gramas que correspond	x gramas que corresponda	<b>1 unidade</b>	<b>1 unidad</b>
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)	<b>medida caseira</b>	<b>medidas caseras</b>
óleos vegetais, todos os tipos	Aceites vegetales, todos los tipos	13ml	13ml	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Azeitona	Aceituna	20	20	<b>X unidades que corresponda</b>	<b>X unidades que corresponda</b>
Bacon em pedaços - defumado ou fresco	Panceta en trozos, ahumada o fresca	10	10	<b>1 fatia</b>	<b>1 rebanada</b>
Banha e gorduras animais	Grasas animales	10	10	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Gordura vegetal	Grasas vegetales	10	10	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Maionese e molhos a base de maionese	Mayonesa y salsas a base de mayonesa	12	12	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

Manteiga, margarina e similares	Manteca, margarina y similares	10	10	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Molhos para saladas a base de óleo (todos os tipos)	Salsas para ensaladas a base de aceite	13ml	13ml	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Chantilly	Crema Chantilly	20	20	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Creme de leite	Crema de leche	15	15	<b>1 colher e 1/2 de sopa</b>	<b>1 cuchara y 1/2 de sopa</b>
Leite de coco	Leche de coco	15	15	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
Coco ralado	Coco ralado	12	12	<b>2 colheres de chá</b>	<b>2 cucharas de té</b>
Sementes oleaginosas (misturadas, cortadas, picadas, inteiras)	Semillas oleaginosas (mezcladas, cortadas, picadas, enteras)	15	15	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cuchara de sopa</b>
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)	<b>medida caseira</b>	<b>medidas caseras</b>
Açúcar, todos os tipos	Azúcar, todos los tipos	5	5	<b>1 colher de chá</b>	<b>1 cuchara de té</b>
Achocolatado em pó, pós com base de	Polvo achocolatado, polvos a base de	20	20	<b>2 colheres de sopa</b>	<b>2 cucharas de sopa</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

cacau, chocolate em pó e cacau em pó	cacao, chocolate en polvo y cacao en polvo				
Doces em corte (goiaba, marmelo, figo, batata, etc)	Dulces de corte (guayaba, membrillo, higo, batata, etc.)	40	40	<b>1 fatia</b>	<b>1 rebanada</b>
Doces em pasta (abóbora, goiaba, leite, banana, mocotó),	Dulces en pasta (calabaza, guayaba, de leche, banana, mocoto)	20	20	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 colher de sopa</b>
Geléias diversas	Mermeladas y jaleas diversas	20	20	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 colher de sopa</b>
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	<b>x colheres que correspondam</b>	<b>x colher que correspondam</b>
pó para gelatina	Polvo para gelatina y jaleas de fantasía	quantidade suficiente para preparar 120	cantidad suficiente para preparar 120g	<b>X colher de sopa</b>	<b>X colher de sopa</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

Sobremesa de gelatina pronta	Postres de gelatina lista y jaleas de fantasía	120	120	<b>1 unidade</b>	<b>1 unidad</b>
<b>* OS PRODUTOS ABAIXO SÃO CONSIDERADOS DE CONSUMO OCASIONAL</b>					
<b>* LOS PRODUCTOS PRESENTADOS A CONTINUACIÓN SON CONSIDERADOS DE CONSUMO OCASIONAL</b>					
Frutas inteiras em conserva para adornos (cereja maraschino, fambroesa)	Frutas enteras en conserva para adornos (cerezas al marrasquino, frambuesas)	20	20	<b>X unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que correspondan</b>
Balas, pirulitos e pastilhas	Caramelos, chupetines y pastillas	20	20	<b>X unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que correspondan</b>
Goma de mascar	gomas de mascar	3	3	<b>X unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que correspondan</b>
Chocolates, bombons e similares	Chocolates, bombones y similares	25	25	<b>x unidades/fração que correspondem</b>	<b>X unidades/fracción que corresponden</b>
confeitos de chocolate e drageados em geral	Confites de chocolate y grageados en general, garrapiñadas	25	25	<b>X colheres/unidades que correspondam</b>	<b>X cucharas/unidades que correspondan</b>
Sorvetes de massa	Helados	60 g ou 130 ml	60 g ou 130 ml	<b>1 bola ou unidades que</b>	<b>1 bola o unidades que</b>



Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

				<b>correspondam</b>	<b>correspondan</b>
Sorvetes individuais	Helados en envase individual	60 g ou 130 ml	60 g ou 130 ml	<b>X unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que correspondan</b>
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	<b>x unidades/fração que correspondem</b>	<b>X unidades/fracción que corresponden</b>
Bebidas não alcoólicas, carbonatadas ou não (chás, bebidas a base de soja e refrigerantes)	Bebidas sin alcohol carbonatadas o no (te, bebidas a base de soja y refrescos)	200ml	200ml	<b>1 xícara/copo</b>	<b>1 taza/vaso</b>
Pós para preparo de refresco	Polvo para preparar refrescos	quantidade suficiente para preparar 200 ml	cantidad suficiente para preparar 200 ml	<b>X colheres de sopa</b>	<b>X cucharas de sopa</b>
Biscoito doce, com ou sem recheio	Galletitas dulces, con o sin relleno	30	30	<b>X unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que correspondan</b>
Brownies e alfajores	Brownies Y alfajores	40	40	<b>X unidades que correspondam</b>	<b>X unidades que correspondan</b>
Frutas cristalizadas	Frutas abrigantadas	30	30	<b>x unidades/colheres que correspondem</b>	<b>X unidades /cucharas que corresponden</b>
Panettone	Pan Dulce	80	80	<b>x unidades/fatias que correspondem</b>	<b>X unidades/rebanadas que corresponden</b>
bolo com frutas	Tortas, budines con	60	60	<b>x unidades/fatias que</b>	<b>X unidades/rebanadas</b>





Ministério da Saúde - MS  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

	frutas			correspondem	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 correspondam	X unidades que correspondan
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



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

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	<b>x colheres/fração/unidades que correspondam</b>	<b>X cucharas de sopa/ fracción /unidades que correspondan</b>
Catchup e mostarda	Ketchup y mostaza	12	12	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cucharas de sopa</b>
Molhos a base de soja e ou vinagre	Salsas a base de soja y/o vinagre	x gramas que correspondam	x gramos que correspondan	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cucharas de sopa</b>
Molhos a base de produtos lácteos ou caldos	Salsas a base de productos lácteos o caldos	x gramas que correspondam	x gramos que correspondan	<b>2 colheres de sopa</b>	<b>2 cucharas de sopa</b>
Pós para preparar molhos	Polvos para preparar salsas	quantidade suficiente para preparar 2 colheres de sopa	cantidad suficiente para preparar 2 cucharadas de sopa	<b>X colheres de sopa que correspondam</b>	<b>X cucharas de sopa que correspondan</b>
Misso	Misso	20	20	<b>1 colher de sopa</b>	<b>1 cucharas de sopa</b>
missoshiro	missoshiro	quantidade suficiente para 200 ml	cantidad suficiente para preparar 200ml	<b>X colheres de sopa que correspondam</b>	<b>X cucharas de sopa que correspondan</b>
Extrato de soja	Extracto de soja	30	30	<b>2 colheres de sopa</b>	<b>2 cucharas de sopa</b>
Pratos preparados prontos e semi-prontos 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)	<b>x unidades/fração que corresponda</b>	<b>x unidades/fracción que corresponda</b>



**Ministério da Saúde - MS**  
**Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA**

Temperos completos	Condimentos preparados	5g	5g	<b>1 colher de chá</b>	<b>1 colher de chá</b>
* Onde não aparecem unidades de medida entende-se estarem os valores em gramas					
* Donde no figuran unidades de medida se entiendo que los valores se expresan en gramos.					