



O maior guia de saúde do Brasil
viva saúde

A redação indica

Doce gringo em versão fit

Se você é daqueles que, mesmo com a dieta, não consegue desapegar da sobremesa depois do almoço, não deixe de conferir essas opções que, além de constar entre os snacks mais clássicos dos EUA, possuem poucas calorias e ajudam a manter a saciedade antes dos treinos.

Brownie vegano

Feito com ingredientes integrais, o Brownlife é uma parceria da Mundo Verde com a Food4Fit, e leva na composição uma mistura com cacau 100%, sem glúten, sem lactose e com apenas 10% de proteína vegetal de soja, somando 120 kcal a porção.

À venda por **R\$ 12,90**



Muffin orgânico

Enriquecido com minerais como ferro e ácido fólico e sem agrotóxicos, o bolinho da SuaviPan pode ser encontrado em três diferentes versões: chocolate, banana e laranja. As calorias variam, pelo sabor, de 142 a 147 kcal.

À venda por **R\$ 3,65**

Cookies multicereais

Nos sabores cacau, mel e maçã com canela, a nova linha da Native é feita de modo orgânico, com ingredientes como quinoa, aveia, trigo e linhaça. Com embalagens unitárias de 40 g, as calorias variam de 156 a 167 kcal em cada pacote.

À venda por **R\$ 3,50**



73%

dos consumidores do Brasil dizem buscar alimentos nutritivos, contra 63% da média global



FONTE: GfK