

Batatas

908	Assada com pele
909	Assada sem pele
920	Purê, receita (leite integral e margarina)
922	Salada de batatas

**BALANÇA NUTRICIONAL
COMPUTADORIZADA - MX BL01**

**Guia de referência rápida e
Guia para uso da Função Memória**

Uso da função memória

1	Digite o código do alimento
2	Pese o alimento
3	Calcule os valores nutricionais
4	Tecler g/oz WT
5	Tecler M+
6	Tecler g/oz WT
7	Tecler C/MC
8	Retire o alimento e coloque outro
9	Digite o código do alimento

10	Pese o alimento
11	Calcule os valores nutricionais
12	Tecler g/oz WT
13	Tecler M+
14	Tecler MR para saber o resultado total

15	Para zerar a memória, tecler g/oz WT, em seguida C/MC por 3 segundos, aproximadamente.
----	--

Cód. Nome do Alimento

Bebidas

008	Tipo "cola"
014	Mistura à base de chocolate
017	Expresso
024	Chá preto

Laticínios, queijo natural

038	Requeijão, normal
043	Mussarela de leite integral

Leite líquido

085	Leite integral
088	Leite desnatado
089	Leite semi-desnatado

logurte

103	logurte de leite desnatado
104	logurte de leite integral

Cód. Nome do Alimento

Óleo

135	Canola
139	Azeite
149	Girassol

Molho para Salada

153	César
157	Italiano
159	Maionese

Peixes

177	Filé de peixe (passado no ovo, à milanesa ou frito)
179	Linguado (assado ou grelhado)
190	Salmão (assado ou grelhado)

Cód.	Nome do Alimento	Cód.	Nome do Alimento	Cód.	Nome do Alimento	Cód.	Nome do Alimento
Frutas e Sucos			aveia/ arroz com nozes e passas	Carnes		745	Creme de amendoim
205	Maçã com casca	348	Flocos de milho integral	571	Bovina magra e gorda (cozida)	751	Picolés
216	Abacate	362	Granola	573	Fraldinha de boi	753	Gelatina (normal)
217	Banana	363	Aveia, mel e passas	578	Fígado (fatiado e frito)	755	Mel
243	Suco de uva	374	Farinha de aveia torrada com mel e nozes	581	Lagarto	757	Geléias
253	Manga	Bolachas		583	Picanha grelhada	769	Açúcar mascavo (empacotado)
257	Laranja	430	Tipo Cream Cracker	586	Carne seca desfiada	772	Açúcar branco granulado
258	Suco de laranja	431	Tipo Salclíc	589	Alcatra grelhada	Vegetais	
263	Mamão	433	De trigo integral não torrada	594	Presunto	784	Alcachofra (cozida)
264	Pêssego	Arroz		601	Salsichas, fatiados, lingüiça defumada mista	786	Aspargos frescos cozidos
271	Abacaxi	484	Branco, grão longo, cozido	603	Presunto cozido normal	803	Beterraba cozida, em fatias
286	Morango	485	Branco, grão longo, instantâneo	Hambúrguer / Hot Dog		814	Brócolis fresco
Pães		Feijão		646	Bife duplo	819	Repolho cozido
301	Pão francês ou fermentado	519	Preto	647	Bife único	828	Cenoura fresca (fatiada, cozida)
303	Pão italiano	521	Comum, marrom	648	Cachorro quente simples	843	Couve fresca, picada (cozida)
307	Pão de centeio integral	524	Rajado	Sopas		857	Berinjela (cozida)
316	Pão de trigo integral	528	Branco	686	Macarrão com carne	860	Palmito enlatado
Mingau		536	Grão de bico seco (cozido)	688	Canja	868	Alface americana
326	Normal	Produtos de Soja		690	Creme de galinha	871	Alface crespa
329	Farinha de aveia normal	562	Missô	699	Vegetais e carne	883	Cebola crua
330	Farinha de aveia instantânea	563	Leite de soja	Açúcares e Doces		891	Salsa crua
Cereais Matinais		564	Tofu firme	729	Chocolate ao leite, simples	895	Ervilhas verdes
334	Farelo de trigo			730	Chocolate ao leite com amêndoas		
337	Flocos de milho / trigo /						