	Ficha Técnica/Technical Sheet/Fiche Technique	Código/Code:	FTI.33
		Revisão/Revision/ Revisión:	04
	Mix Omega 3 Original	Data/Date:	31.08.2023
		Página/Page:	1 de 5

1. Identificação da Empresa/Company Identification/Identification de l'entreprise

Designação/Company/Designation: Alma e Valor, Lda

Morada/Address/Adresse: Estrada de Miraventos, lote 4 B, 2900 – 501
Setúbal

Telefone/Telephone/Téléphone : [21 238 2383](tel:212382383)

Mail: cliente.pt@iswari.com



2. Características do Produto/Product Features/Caractéristiques du produit

Designação comercial/Trade name/Désignation commerciale: Mix Omega 3 Original

Produzido/Produced/Produit: Portugal

Descrição do produto/Product description/Description du produit:

Mix ómega 3 original Este mix é uma mistura de duas sementes, chia e linhaça, que possui um alto teor de ácidos gordos ómega-3. O ácido alfa-linolénico (ALA) contribui para a manutenção de níveis normais de colesterol no sangue, para o efeito basta ter uma ingestão diária de 2g de ALA. Experimente colocar no seu porridge, smoothie ou iogurte.

Mix omega 3 original this mix is a mixture of two seeds, chia and linseed, which has a high content of omega-3 fatty acids. Alpha-linolenic acid (ALA) contributes to the maintenance of normal levels of cholesterol in the blood, for this purpose it is enough to have a daily intake of 2g of ALA. Try putting it in your porridge, smoothie or yogurt.

Mix oméga 3 original ce mélange est un mélange de deux graines, chia et graines de lin, qui sont riche en acides gras oméga-3. L'acide alpha-linolénique (ALA) contribue au maintien d'une cholestérolémie normal. À cet effet, un apport quotidien de 2g d'ALA est suffisant. Faites en l'expérience en l'ajoutant à votre porridge, votre smoothie ou votre yaourt.

Ingredientes/Ingredients/Ingrédients:

Sementes de linhaça moidas* e sementes de chia moidas* (*Salvia Hispanica*). *Ingredientes de origem biológica.

Milled flax seeds* and milled chia seeds* (*Salvia hispanica*). *Organic ingredients.

Graines de lin moulues* et graines de chia* (*Salvia hispanica*) moulues. *Issus de l'agriculture biologique.

Alergénios/Allergens/Allergènes:

Isento de glúten. Pode conter vestígios de frutos de casca rija, amendoins, sementes de sésamo e mostarda.


Gluten free. May contain traces of nuts, peanuts, sesame seeds and mustard.

Sans gluten. Peut contenir des traces de fruits à coque, cacahuètes, de graines de sésame et moutarde.

Processo de fabrico/Manufacturing process/Procédure de fabrication:

Mistura de ingredientes e embalamento. /Mixing of ingredients and packaging. /Mélange d'ingrédients et emballage.

Consumidor alvo/Target consumer/Consommateur cible:

	Ficha Técnica/Technical Sheet/Fiche Technique	Código/Code:	FTI.33
		Revisão/Revision/ Revisión:	04
	Mix Omega 3 Original	Data/Date:	31.08.2023
		Página/Page:	2 de 5

Público em geral. /General consumers. /Grand public.

Conservação e validade/Preservation and shelf-life/Conservation et validité:

Conservação em ambiente seco e fresco, em local escuro, sem necessidade de refrigeração.

Tempo de prateleira de 15 meses desde o dia de produção em embalagem fechada. ^{1,2}

Preserve in dry cool environment, in the dark, no need of refrigeration.

Shelf-life of 15 months from the day of sealed pack production. ^{1,2}

Conservation dans un environnement sec et frais, dans un endroit sombre.

Durée de conservation de 15 mois à partir du jour de la production dans un emballage fermé. ^{1,2}

Sugestão de utilização/Suggested use and preparation/Utilisation et préparation suggérée :

Adicione 1-2 colheres de chá por dia em smoothies, iogurtes e porridge.

Add 1-2 teaspoons a day to smoothies, yogurts and porridge.

1-2 cuillères à café dans smoothies, yaourt and porridge.

Restrições/Restriction/Restrictions:

O produto/ingredientes são: The product/ingredients are: Le produit/les ingrédients sont:	Sim/Não: Yes/No: Oui/Non:
Geneticamente modificados	Não
Genetically modified	No
Génétiquement modifié	Non
Irradiado	Não
Irradiated	No
Irradié	Non

3. Requerimentos Analíticos/Analytical requirements/Exigences analytiques

Características organolépticas/Organoleptic characteristics/Caractéristiques organoleptiques:


Aroma e Sabor/Flavour/Arôme et saveur: Característico/ Characteristic/ Caractéristique

Aspeto/Aspect/Aspect: Pequenos Grânulos/ Small granulous/ Petits granulés

Textura/Texture/Texture: Granulosa/ Granulous/ Granuleuse

Características microbiológicas e Químicas/Microbiological and chemical characteristics/Caractéristiques microbiologique:

Aeróbios mesófilos/Total vials/Mésophile aérobie	<1,0x10 ⁵ ufc/g / cfu/g
Bolores e leveduras/Yeasts and molds/Les moisissures et la levures	1,0x10 ⁴ ufc/g / cfu/g
Enterobacteriacease/Enterobacteriaceae/ Entérobactéries	10 ² – 10 ⁴ ufc/g / cfu/g
E. Coli	10 ufc/g /cfu/g
Staphylococcus aureus	100 ufc/g / cfu/g

	Ficha Técnica/Technical Sheet/Fiche Technique	Código/Code:	FTI.33
		Revisão/Revision/ Revisión:	04
	Mix Omega 3 Original	Data/Date:	31.08.2023
		Página/Page:	3 de 5

Salmonella/Salmonella/Salmonelle	Ausência em 25 g/Absence in 25g/Absence dans 25 g
Pesticidas/Pesticides/Pesticides	De acordo com a legislação Europeia/In agreement with EU regulation/Conformément à la réglementation de l'EU
Metais Pesados/Heavy metals/Métaux lourds	De acordo com a legislação Europeia/In agreement with EU regulation/Conformément à la réglementation de l'EU

De acordo com: ISO4833, 4831, 4832, 6888, 7954, 7932, 6579, Reg. (UE) 2073/2005, Reg. (UE) N° 915/2023, Reg. (UE) 396/2005 e revisões subsequentes; In agreement with: ISO 4833, 4831-4832, 6888, 7954, 7932, 6579, Reg. (EU) 2073/2005, Reg. (EU) N° 915/2023, Reg. (EU) 396/2005 and subsequent revisions.

Selom la norme: ISO4833, 4831, 4832, 6888, 7954, 7932, 6579, Reg. (UE) 2073/2005, Reg. (UE) N° 915/2023, Reg. (UE) 396/2005et les révisions ultérieures.

Declaração Nutricional/Nutritional declaration/Déclaration Nutritionnelle


	Por 100g de produto Per 100g of product Pour 100g de produit	*DR/**VRN *RI/**NRV *AR/**VRN
Energia/Energy Énergie (kJ/ kcal)	2136/518	*26%
Lípidos/Fat/Matières grasses (g)	42	*60%
Dos quais saturados/Of which saturates/ dont acides gras saturés (g)	4,7	*24%
Dos quais monoinsaturados/ Of which monounsaturated/ dont acides gras monoinsaturés (g)	9,0	-
Dos quais polinsaturados/of which polyunsaturated fatty acids/ Dont acides gras polinsaturés (g)	29	-
Hidratos de Carbono/ Carbohydrates/Glucides (g)	1,0	*<1%
Dos quais açúcares/Of which sugars/Dont sucres (g)	0,9	*1%
Fibra/Fibre/Fibres alimentaires (g)	26	-
Proteínas/Proteins/Protéines (g)	21	*42%
Sal/ Salt/ Sel (g)	0,14	*2,3%

*Dose de referência para um adulto médio (8400kJ/2000kcal) / *Reference Intake of an average adult (8400 kJ/ 2000 kcal) / * Apports quotiens de référence pour un adulte (8400 kJ/ 2000 kcal)

**Valores de referência do Nutriente/ **Nutrient Reference Value/ ** Valeur Nutritionnelle de référence

Minerais/ Minerals/ Minéraux:

	Por 100g de produto Per 100g of product	*DR/**VRN *RI/**NRV

	Ficha Técnica/Technical Sheet/Fiche Technique	Código/Code:	FTI.33
		Revisão/Revision/Revisión:	04
	Mix Omega 3 Original	Data/Date:	31.08.2023
		Página/Page:	4 de 5

	Pour 100g de produit	*AR/**VRN
Cálcio/ Calcium/ calcium (mg)	233	**29%
Ferro/ Iron/ Fer (mg)	5,7	**41%
Magnésio/ Magnesium/ Magnésium (mg)	305	**81%

*Dose de referência para um adulto médio (8400kJ/2000kcal) *Reference Intake of an average adult (8400 kJ/ 2000 kcal) / * Apports quotiens de référence pour un adulte (8400 kJ/ 2000 kcal)

**Valores de referência do Nutriente/ **Nutrient Reference Value/ ** Valeur Nutritionnelle de référence

Informação Adicional Additional information Information additionnel	Por 100g de produto Per 100g of product Pour 100g de produit
Ómega 3 (Ácido alfa-linolénico)/ Omega 3 (alfa-linolenic acid) / Oméga 3 (acide alphalinoléique) (g)	21,79

Alegações Nutricionais/Nutritional Claims/Allégations Nutritionnel:

Alto teor em ferro, magnésio, fibra e ácidos gordos ómega-3.

Fonte de cálcio e proteínas.

High iron, magnesium, fibre and omega-3 fatty acids.

Source of calcium and proteins.

Riche en fer, magnésium, fibre et acides gras oméga-3.

Source de calcium et protéines.

Informações adicionais/Additional information/Information additionnel:

	Sim/Yes/Oui	Não/No/Non
Adequado a vegans/Suitable for vegans/Convient aux végétaliens	X	
Biológico/Organic/Biologique	X	
Sem açúcar adicionado/No added sugars/Sans sucre ajouté	X	
Tem baixo teor em sal/Has low salt content/Faible teneur en sel		X

4. Características da embalagem/Packaging/Caractéristiques de l'emballage


Embalagem de 200g /Embalagem de aptidão alimentar: Frente - MattOPP/PE; Trás - MattOPP/MetPet/mic PE
200g pack/ Food grade: Front - MattOPP/PE; Back - MattOPP/MetPet/mic PE

Emballage de 200g /Emballage de conditionnement : Face - MattOPP/PE; Dos - MattOPP/MetPet/mic PE

²Embalagem de 200g/Embalagem de aptidão alimentar: PE mate/ PE branco EVOH PE (Reciclável)

200g pack/ Food grade : PE mate/ PE white EVOH PE (Recyclable)

Emballage de 200g/ Emballage de conditionnement : PE mat/ PE blanc EVOH PE (Recyclable)

	Ficha Técnica/Technical Sheet/Fiche Technique	Código/Code:	FTI.33
		Revisão/Revision/ Revisión:	04
	Mix Omega 3 Original	Data/Date:	31.08.2023
		Página/Page:	5 de 5

5. Condições de transporte e distribuição/Transportation and distribution conditions/Conditions de transport et de distribution

Transporte em veículo fechado à temperatura ambiente.

Transport in closed vehicle at room temperature.

Transport dans un véhicule fermé à température ambiante.

6. Menções de rotulagem / Labelling claims/ Mentions d'étiquetage

Menções/Claims/Mentions	
Contactos do produtor/Product contact/Contacts producteurs	De acordo com o ponto 1/According to point 1/ Selon le point 1
Denominação de venda/Denomination/ Denomination de vente	Mix Omega 3 Original
Lista de ingredientes e alergénios/Ingredients list and allergens/Liste d'ingrédients et allergènes	De acordo com o ponto 2 (ingredientes e alergénios)/According to point 2 (ingredients and allergens)/Selon le point 2 (ingrédients et allergènes)
Data limite de consumo/Shelf-life/Date d'expiration	De acordo com o ponto 2 (Conservação e validade) /According to point 2 (Preservation and shelf-life)/ Selon le point 2 (Conservation et validité)
Lote/Batch/Lot	-
Símbolos/Symbols/Symboles	“Ponto Verde”/“Green point”/“Point vert” “Colocar em contentor adequado”/“Place in suitable container”/“Mettre dans un récipient approprié” “Embalagem própria para conter produtos alimentares”/Food grade pack/“Propre emballage pour contenir des produits alimentaires”

7. Certificações / Certifications/ Certifications

Produto Biológico (Certiplanet PT-BIO-04)/Isento de glúten (AOECS – PT-006- 074)/Vegan (Vegan Society)
Organic product (Certiplanet PT-BIO-04)/Gluten free (AOECS – PT-006-074)/Vegan (Vegan Society)
Produit biologique (Certiplanet PT-BIO-04)/Sans gluten (AOECS - PT-006-074)/Vegan (Vegan Society)

8. Rastreabilidade/ Traceability/ Traçabilité

Número do lote encontra-se inscrito na embalagem/The batch is in the pack/Le numéro de lot est sur l'emballage.

O lote tem o formato L0000PAaamm/The batch format is: L0000PAaamm /Le lot a le format de L0000PAaamm

Exemplo/Example/Exemple: L4567PA2112

21 – ano/year/an

12 – mês/month/mois

4567 - código sequencial/sequential code/code séquentiel