



LISTA DE VEGETAIS GRUPO A

- **REPOLHO**
 - **TOMATE**
 - **CENOURA CRUA**
 - **BETERRABA CRUA**
 - **PEPINO**
 - **CEBOLA**
 - **ESPINAFRE**
 - **COGUMELOS**
 - **ASPARGOS**
 - **ABOBRINHA**
 - **BERINGELA**
 - **PALMITO**
 - **BRÓCOLIS**
 - **COUVE-FLOR**
 - **CHUCHU**
 - **VAGEM**
 - **ALHO-PORÓ**
 - **FOLHAS CRUAS À VONTADE (ALFACE, RÚCULA, AGRIÃO)**
- 