

Cervezas y Bebidas 0,0

El sabor, sin el alcohol

Las versiones **sin alcohol (0,0)** evitan las calorías del alcohol y sus riesgos, manteniendo el sabor social. Suelen tener bastantes menos calorías que su versión con alcohol. Valores orientativos por ración.



Cerveza sin alcohol

Lata 330 ml

60 kcal **Moderada**

Versión 0,0: menos de la mitad que la normal.



Cerveza sin (tostada)

Botellín 330 ml

80 kcal **Alta**

Algo más por el extracto de malta.



Clara sin alcohol

Lata 330 ml

50 kcal **Moderada**

Cerveza 0,0 con limón o gaseosa.



Sidra sin alcohol

Vaso 200 ml

45 kcal **Ligera**

Mantiene el sabor a manzana, sin alcohol.



Cerveza 0,0 sin azúcar

Lata 330 ml

25 kcal **Ligera**

La opción más ligera del grupo.



Vino sin alcohol

Copa 150 ml

30 kcal **Ligera**

Mucho más ligero que el vino tradicional.

Aporte calórico: ■ Menos de 50 kcal ■ 50-80 kcal ■ Más de 80 kcal



Sin alcohol, mejor para tu salud

Las versiones 0,0 son una alternativa útil para reducir el consumo de alcohol.

Mocktails y Licores 0,0

Brindar sin alcohol

Los "mocktails" (cócteles sin alcohol) y los destilados 0,0 permiten disfrutar del momento social sin alcohol. Su valor calórico depende del mezclante: con refresco sin azúcar quedan muy ligeros. Valores por consumición.



Ginebra sin alcohol + tónica zero

Copa 250 ml

15 kcal **Ligera**

Apenas calorías si la tónica es sin azúcar.



Mojito sin alcohol

Vaso 250 ml

90 kcal **Moderada**

Lima, menta y soda; menos si va sin azúcar.



Nojito / virgin mojito

Vaso 250 ml

70 kcal **Moderada**

Refrescante; controla el azúcar añadido.



Sangría sin alcohol

Vaso 250 ml

110 kcal **Alta**

Lleva el azúcar de la fruta y el zumo.



Tinto de verano 0,0

Vaso 330 ml

60 kcal **Moderada**

Vino sin alcohol + gaseosa.



Agua con gas + lima

Vaso 250 ml

5 kcal **Ligera**

La opción más ligera para brindar.

Aporte calórico: ■ Menos de 50 kcal ■ 50-100 kcal ■ Más de 100 kcal



Disfruta el momento, no el alcohol

Un buen mocktail con refresco sin azúcar es festivo y ligero a la vez.