Tabela de calorias: bebidas (PDF)

Calorias, proteína, carboidratos e gordura de 7 alimentos, por porção e por 100 g.

Atualizado: outubro de 2026

Alimento	Por porção		Por 100 g			
	Porção	Calorias	Calorias	Proteína (g)	Carboidratos (g)	Gordura (g)
Água de coco	1 copo de 200 ml (204 g)	37	**18**	0.2	4.2	0
Café	1 xícara, 200 ml (200 g)	2	**1**	0.1	0	0
Cerveja	1 lata, 330 ml (331 g)	142	**43**	0.5	3.6	0
Coca-Cola	1 lata, 330 ml (343 g)	144	**42**	0	10.4	0.3
Leite de amêndoas	1 copo de 200 ml (218 g)	33	**15**	0.4	1.3	1
Suco de laranja	1 copo de 200 ml (208 g)	102	**49**	0.7	11.5	0.1
Vodka	1 dose, 40 ml (37.6 g)	87	**231**	0	0	0

Fonte: USDA FoodData Central, SR Legacy e FNDDS (domínio público). Os valores por 100 g são do USDA; os valores por porção são calculados pelo peso. Tabelas interativas e rótulos nutricionais: https://nutritionfactlabel.com/pt/nutrition-database/beverages/