

ARROZ MULTIGRÃOS COM CARNE BOVINA E VEGETAIS

Ingredientes: carne bovina, arroz integral, mandioquinha, couve, lentilha, castanha-do-pará, mix de linhaças, gergelim, quinoa, ervas finas e sal.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	22%	434 Kcal	
Carboidratos	14%	42 g	
Proteínas	47%	35 g	
Gorduras totais	22%	12 g	
Gorduras saturadas	23%	5 g	
Gorduras trans	0%	0 g	
Fibra alimentar	28%	7 g	
Sódio	4%	99 mg	

Porção de 300g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

ARROZ MULTIGRÃOS COM CARNE DE FRANGO E VEGETAIS

Ingredientes: carne de frango, arroz integral, couve-flor, brócolis, leite de coco, lentilha, castanha-do-pará, mix de linhaças, gergelim, quinoa, ervas finas e sal.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
	0%	100%
Valor energético	<div><div></div></div> 17%	338 Kcal
Carboidratos	<div><div></div></div> 11%	32 g
Proteínas	<div><div></div></div> 48%	36 g
Gorduras totais	<div><div></div></div> 11%	6 g
Gorduras saturadas	<div><div></div></div> 9%	2 g
Gorduras trans	<div><div></div></div> 0%	0 g
Fibra alimentar	<div><div></div></div> 24%	6 g
Sódio	<div><div></div></div> 4%	105 mg

Porção de 300g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

ARROZ MULTIGRÃOS, CARNE MOÍDA E CAPONATA

Ingredientes: carne bovina, berinjela, arroz integral, lentilha, cebola, pimentão, azeite de oliva, castanha-do-pará, mix de linhaças, gergelim, quinoa, azeitonas verdes, ervas finas e sal.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	21%	419 Kcal	
Carboidratos	11%	34 g	
Proteínas	44%	33 g	
Gorduras totais	54%	30 g	
Gorduras saturadas	23%	5 g	
Gorduras trans	0%	0 g	
Fibra alimentar	30%	8 g	
Sódio	3%	83 mg	

Porção de 300g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

CREME DE ABÓBORA COM FRANGO

Ingredientes: abóbora, filé de frango, escarola, mozzarella, requeijão light, cebolinha, ervas finas e sal rosa.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%
Valor energético	17%	331 Kcal
Carboidratos	9%	21 g
Proteínas	42%	31 g
Gorduras totais	35%	19 g
Gorduras saturadas	22%	5 g
Gorduras trans	0%	0 g
Fibra alimentar	40%	10 g
Sódio	11%	266 mg

Porção de 360 g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

FRANGO COM CREME DE MILHO

Ingredientes: carne de frango, milho verde, arroz integral, leite zero lactose, leite de coco, lentilha, castanha-do-pará, mix de linhaças, gergelim, quinoa, ervas finas e sal.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	50%	100%	
Valor energético	<div><div></div></div> 17%			344 Kcal
Carboidratos	<div><div></div></div> 8%			24 g
Proteínas	<div><div></div></div> 54%			41 g
Gorduras totais	<div><div></div></div> 27%			15 g
Gorduras...	<div><div></div></div> 14%			3 g
Gorduras trans	0%			0 g
Fibra alimentar	<div><div></div></div> 18%			5 g
Sódio	<div><div></div></div> 11%			253 mg

Porção de 300g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

ESCONDIDINHO BATATA DOCE COM FRANGO

Ingredientes: batata doce, filé de frango, leite desnatado, requeijão cremoso, alho, cheiro verde, ervas finas, curry e sal marinho.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	19%		380 Kcal
Carboidratos	10%		30 g
Proteínas	50%		38 g
Gorduras totais	8%		4 g
Gorduras saturadas	8%		2 g
Gorduras trans	0%		0 g
Fibra alimentar	12%		3 g
Sódio	11%		259 mg

Porção de 360 g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

ESTROGONOFE DE VEGETAIS

Ingredientes: shimeji, arroz integral, cenoura, beterraba, palmito, creme de leite, lentilha, castanha-do-pará, mix de linhaças, gergelim, quinoa, ervas finas e sal.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	■ 11%		222 Kcal
Carboidratos	■ 9%		28 g
Proteínas	■ 10%		7 g
Gorduras totais	■ 31%		17 g
Gorduras saturadas	■ 21%		5 g
Gorduras trans	0%		0 g
Fibra alimentar	■ 25%		6 g
Sódio	■ 5%		123 mg

Porção de 300g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

ESTROGONOFE DE FRANGO

Ingredientes: Frango, arroz integral, creme de leite, batata, cenoura, brócolis, lentilha, mostarda, mix de linhaça, mix de gergelim, castanha-do-pará, quinoa e sal marinho.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	<div><div></div></div> 20%		399 Kcal
Carboidratos	<div><div></div></div> 11%		33 g
Proteínas	<div><div></div></div> 53%		39 g
Gorduras totais	<div><div></div></div> 36%		20 g
Gorduras saturadas	<div><div></div></div> 22%		5 g
Gorduras trans	<div><div></div></div> 0%		0 g
Fibra alimentar	<div><div></div></div> 21%		5 g
Sódio	<div><div></div></div> 2%		126 mg

Porção de 310g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

FRANGO NA MOSTARDA COM ARROZ DE COUVE-FLOR

Ingredientes: couve-flor, filé de frango, queijo minas padrão, creme de leite, mostarda Dijon, lemon ervas, alho e sal.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	15%		298 Kcal
Carboidratos	3%		8 g
Proteínas	53%		40 g
Gorduras totais	15%		8 g
Gorduras saturadas	23%		5 g
Gorduras trans	0%		0 g
Fibra alimentar	12%		3 g
Sódio	15%		351 mg

Porção de 300 g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

FUSILI INTEGRAL AO MOLHO DE COGUMELOS

Ingredientes: mix de cogumelos (shimeji, salmon, hiratake, sajor caju), macarrão integral, brócolis, molho de tomate, creme de leite, leite de coco, azeite, óleo de gergelim e sal.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%
Valor energético	19%	387 Kcal
Carboidratos	18%	55 g
Proteínas	15%	11 g
Gorduras totais	41%	23 g
Gorduras saturadas	25%	5 g
Gorduras trans	0%	0 g
Fibra alimentar	25%	6 g
Sódio	11%	271 mg

Porção de 300g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

MACARRÃO INTEGRAL ALHO E ÓLEO COM VEGETAIS

Ingredientes: macarrão integral, cenoura, brócolis, vagem, milho verde, muçarela, alho poró, azeite, alho e sal.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%
Valor energético	18%	364 Kcal
Carboidratos	18%	53 g
Proteínas	18%	13 g
Gorduras totais	37%	20 g
Gorduras saturadas	17%	4 g
Gorduras trans	0%	0 g
Fibra alimentar	26%	6 g
Sódio	6%	136 mg

Porção de 300g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

PICADINHO DE CARNE CREMOSO COM ARROZ INTEGRAL

Ingredientes: carne bovina, chuchu, arroz integral, creme de leite, cebola, lentilha, mostarda, mix de linhaça, mix de gergelim, castanha-do-pará, quinoa e sal marinho.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	<div><div></div></div> 17%		349 Kcal
Carboidratos	<div><div></div></div> 9%		27 g
Proteínas	<div><div></div></div> 38%		28 g
Gorduras totais	<div><div></div></div> 45%		25 g
Gorduras saturadas	<div><div></div></div> 28%		6 g
Gorduras trans	<div><div></div></div> 0%		0 g
Fibra alimentar	<div><div></div></div> 23%		6 g
Sódio	<div><div></div></div> 6%		138 mg

Porção de 320g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

ESCONDIDINHO MANDIOQUINHA COM CARNE BOVINA

Ingredientes: mandioquinha, carne bovina, leite zero lactose, muçarela, azeitona, alho, cheiro verde e sal marinho.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
	0%	100%
Valor energético	24%	471 Kcal
Carboidratos	10%	31 g
Proteínas	57%	42 g
Gorduras totais	30%	16 g
Gorduras saturadas	44%	10 g
Gorduras trans	0%	0 g
Fibra alimentar	10%	2 g
Sódio	14%	344 mg

Porção de 360 g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

PURÊ DE BATATA DOCE COM CARNE BOVINA

Ingredientes: : batata doce, carne bovina, leite zero lactose, lemon ervas, ervas finas, gergelim negro e sal marinho.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	17%	341 Kcal	
Carboidratos	9%	28 g	
Proteínas	47%	35 g	
Gorduras totais	20%	11 g	
Gorduras saturadas	23%	5 g	
Gorduras trans	0%	0 g	
Fibra alimentar	12%	3 g	
Sódio	5%	110 mg	

Porção de 300g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

ESPAGUETE DE VEGETAIS COM CARNE BOVINA

Ingredientes: carne bovina, berinjela, cenoura, abobrinha, muçarela, molho de tomate, tempero especial e sal marinho.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	<div><div></div></div> 17%		337 Kcal
Carboidratos	<div><div></div></div> 4%		11 g
Proteínas	<div><div></div></div> 51%		38 g
Gorduras totais	<div><div></div></div> 51%		28 g
Gorduras saturadas	<div><div></div></div> 35%		8 g
Gorduras trans	<div><div></div></div> 0%		0 g
Fibra alimentar	<div><div></div></div> 18%		5 g
Sódio	<div><div></div></div> 13%		322 mg

Porção de 330g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

ARROZ MULTIGRÃOS, PERNIL COM BARBECUE E PURÊ DE BATATA

Ingredientes: pernil suíno, batata inglesa, arroz integral, leite zero lactose, barbecue, muçarela lentilha, castanha-do-pará, mix de linhaças, gergelim, quinoa, ervas finas e sal.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	<div><div></div></div> 30%		598 Kcal
Carboidratos	<div><div></div></div> 21%		62 g
Proteínas	<div><div></div></div> 50%		37 g
Gorduras totais	<div><div></div></div> 71%		39 g
Gorduras saturadas	<div><div></div></div> 35%		8 g
Gorduras trans	<div><div></div></div> 0%		0 g
Fibra alimentar	<div><div></div></div> 22%		6 g
Sódio	<div><div></div></div> 21%		513 mg

Porção de 325g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

YAKISSOBA

Ingredientes: carne de frango, macarrão integral, água, couve-flor, brócolis, cenoura, vagem, pimentão, shoyu light, alho-poró e curry.



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0%	100%	
Valor energético	<div><div></div></div> 17%		349 Kcal
Carboidratos	<div><div></div></div> 12%		37 g
Proteínas	<div><div></div></div> 48%		36 g
Gorduras totais	<div><div></div></div> 7%		4 g
Gorduras saturadas	<div><div></div></div> 9%		2 g
Gorduras trans	<div><div></div></div> 0%		0 g
Fibra alimentar	<div><div></div></div> 28%		7 g
Sódio	<div><div></div></div> 32%		339 mg

Porção de 350g (1 unidade). Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.

ITEM	Preço	Peso
ARROZ MULTIGRÃOS COM CARNE BOVINA E VEGETAIS	R\$ 10,40	300 g
ARROZ MULTIGRÃOS COM CARNE DE FRANGO E VEGETAIS	R\$ 9,80	300 g
CREME DE ABÓBORA COM FRANGO	R\$ 9,80	360 g
YAKISSOBA COM MACARRÃO INTEGRAL	R\$ 10,30	350 g
PURÊ DE BATATA DOCE COM CARNE BOVINA	R\$ 10,50	300 g
FRANGO NA MOSTARDA COM ARROZ DE COUVE-FLORES	R\$ 11,20	300 g
ESCONDIDINHO BATATA DOCE COM FRANGO	R\$ 10,60	360 g
ESCONDIDINHO MANDIOQUINHA COM CARNE BOVINA	R\$ 11,40	360 g
ESTROGONOFÉ DE FRANGO	R\$ 9,80	310 g
ESPAGUETE DE VEGETAIS COM CARNE BOVINA	R\$ 11,50	330 g
PICADINHO DE CARNE CREMOSO COM ARROZ INTEGRAL	R\$ 11,80	320 g
FRANGO COM CREME DE MILHO	R\$ 10,20	300 g
ESTROGONOFÉ DE VEGETAIS	R\$ 10,00	300 g
FUSILI INTEGRAL AO MOLHO DE COGUMELOS	R\$ 10,40	300 g
ARROZ MULTIGRÃOS, PERNIL COM BARBECUE E PURÊ DE BATATA	R\$ 11,80	325 g
ARROZ MULTIGRÃOS, CARNE MOÍDA E CAPONATA	R\$ 12,20	300 g
MACARRÃO INTEGRAL AO ALHO E ÓLEO	R\$ 11,00	300 g
PURE MANDIOQUINHA CARNE	R\$ 11,60	300 g
PURE MANDIOQUINHA FRANGO	R\$ 10,40	300 g

