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% 10	0%
Valor energético	22%	434 Kcal
Carboidratos	14%	42 g
Proteinas	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

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% 10	0%	
Valor energético	17%	338 Kcal	
Carboidratos	11%	32 g	
Proteinas	48%	36 g	
Gorduras totais	11%	6 g	
Gorduras saturadas	9%	2 g	
Gorduras trans	0%	0 g	
Fibra alimentar	24%	6 g	
Sódio	4%	105 mg	

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% 419 Kcal Valor energético 34 g Carboidratos 11% 33 g Proteinas 54% 30 g Gorduras totais Gorduras saturadas 5 g Gorduras trans 0% 0 g Fibra alimentar 30% 8 g Sódio 83 mg

CREME DE ABÓBORA COM FRANGO

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





INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	0% 10	00%
Valor energético	17%	331 Kcal
Carboidratos	9%	21 g
Proteinas	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

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% 1	00%
Valor energético	17%	344 Kcal
Carboidratos	8%	24 g
Proteinas	54%	41 g
Gorduras totais	27%	15 g
Gorduras.	14%	3 g
Gorduras trans	0%	0 g
Fibra alimentar	18%	5 g
Sódio	11%	253 mg

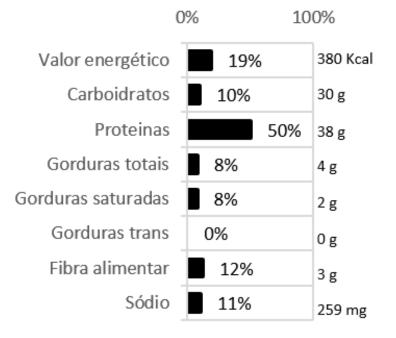
ESCONDIDINHO BATATA DOCE COM FRANGO

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





INFORMAÇÃO NUTRICIONAL



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
Proteinas	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

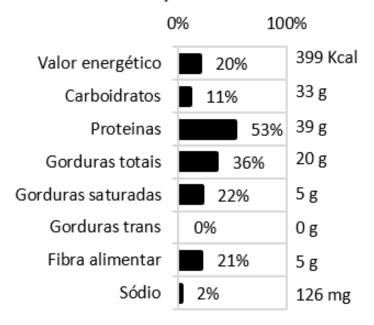
ESTROGONOFE DE FRANGO

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





INFORMAÇÃO NUTRICIONAL



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

100% Valor energético 15% 298 Kcal Carboidratos 8 g **Proteinas** 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

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% 10	0%
Valor energético	19%	387 Kcal
Carboidratos	18%	55 g
Proteinas	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

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% 10	0%
18%	364 Kcal
18%	53 g
18%	13 g
37%	20 g
17%	4 g
0%	0 g
26%	6 g
6%	136 mg
	18% 18% 18% 18% 37% 17% 0% 26%

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-dopará, quinoa e sal marinho.





INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

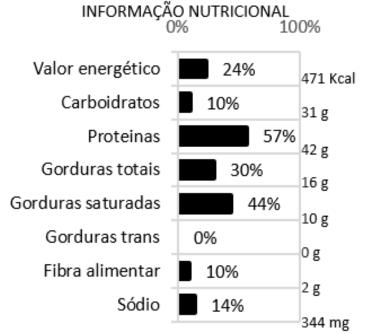
(0% 10	00%
Valor energético	17%	349 Kcal
Carboidratos	9%	27 g
Proteinas	38%	28 g
Gorduras totais	45%	25 g
Gorduras saturadas	28%	6 g
Gorduras trans	0%	0 g
Fibra alimentar	23%	6 g
Sódio	6%	138 mg

ESCONDIDINHO MANDIOQUINHA COM CARNE BOVINA

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

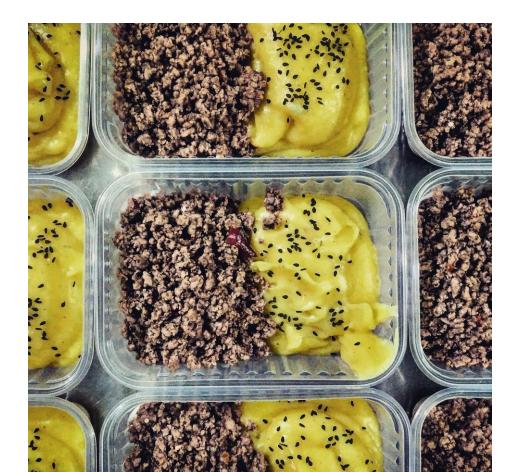






PURÊ DE BATATA DOCE COM CARNE BOVINA

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
Proteinas	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

ESPAGUETE DE VEGETAIS COM CARNE BOVINA

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





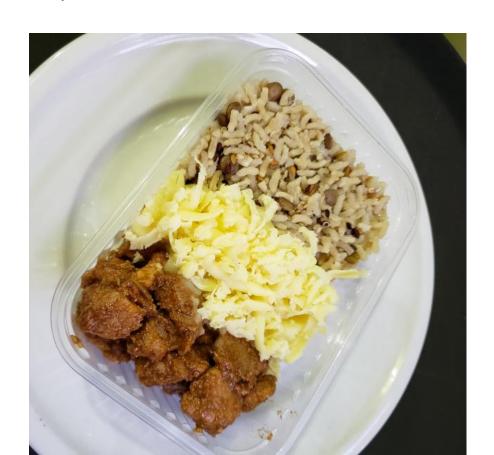
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

(0% 10	0%
Valor energético	17%	337 Kcal
Carboidratos	4%	11 g
Proteinas	51%	38 g
Gorduras totais	51%	28 g
Gorduras saturadas	35%	8 g
Gorduras trans	0%	0 g
Fibra alimentar	18%	5 g
Sódio	13%	322 mg

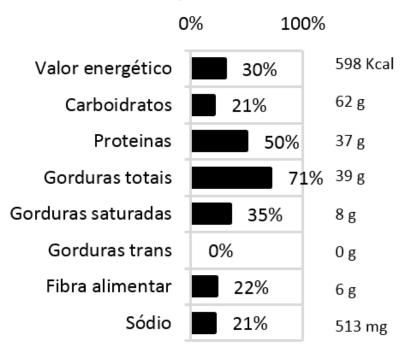
ARROZ MULTIGRÃOS, PERNIL COM BARBECUE E PURÊ DE BATATA

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



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 17% 349 Kcal Carboidratos 12% 37 g Proteinas 48% 36 g Gorduras totais 4 g Gorduras saturadas 2 g Gorduras trans 0% 0 g Fibra alimentar 28% 7 g Sódio 32% 339 mg

ITEM	Pr	reço	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-FLOR	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
ESTROGONOFE 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
ESTROGONOFE 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

