

Nº DO PRODUTO	DESCRIÇÃO DO PRODUTO - AVES	PREÇO
1	escondidinho fit de frango com purê de batata doce (300g) - 349 kcal	R\$ 23,90
2	Frango c/ curry e brócolis (200g) + "arroz" de couve-flor c/ amêndoas (100g) - 262 kcal	R\$ 25,90
3	Frango com shimeji (150g) + purê de batata doce (100g) - 276 kcal	R\$ 23,90
4	frango desfiado (150g) + batata doce em cubos com alegrim (100g) - 373 kcal	R\$ 21,60
5	Frango desfiado (150g) c/ mix de legumes (100g) - 240 kcal	R\$ 21,90
6	frango desfiado (150g) com purê de batata doce (100g) - 335 kcal	R\$ 21,90
7	hambúrguer de frango (150g) + mix de legumes (100g) - 268 kcal	R\$ 21,90
8	Hambúrguer de frango (150g) com purê de abóbora (75g) + brócolis (75g) - 330 kcal	R\$ 22,90
9	Lasanha low carb de berlingela c/ blanquet de peito de peru e muçarela de búfala (300g) - 201 kcal	R\$ 25,90
10	Lasanha funcional de frango ao molho rústico (320g) - 358 kcal	R\$ 26,50
11	Panqueca low carb de frango cremoso (340g)- 385kcal	R\$ 25,90
12	Refogado de frango (150g) + espaguete de abobrinha ao sugo (170g) - 288 kcal	R\$ 23,60
13	Refogado de Frango (120g) + Mandioquinha Assada (100g) + Couve (80g) - 439 kcal	R\$ 23,90
14	refogado de frango (150g) c/ purê de batata doce roxa (75g) + brócolis (75g) - 329 kcal	R\$ 23,50
15	Sobrecoxa de frango (150g) c/ ratatouille de berinjela (100g) - 403 kcal	R\$ 24,50
16	STROGONOF LIGHT DE FRANGO (150g) + ARROZ INTEGRAL À PRIMAVERA (100g) - 310 kcal	R\$ 24,50

Nº DO PRODUTO	DESCRIÇÃO DO PRODUTO - CARNES	PREÇO
17	Carne de patinho moída (150g) + mix de legumes (100g) - 226 kcal	R\$ 23,90
18	carne de patinho moída (150g) com purê batata doce (100g) - 322 kcal	R\$ 23,90

19	Escondidinho fit de carne com mandioca (300g) - 456 kcal	R\$ 24,90
20	Talharim (pupunha) à bolonhesa (300g) - 108 kcal	R\$ 24,90
21	Hambúrguer de carne com especiarias (150g) + risoto de quinua à caprese (150g) - 469 kcal	R\$ 27,90
22	Hambúrguer de carne funcional (150g) + purê de cenoura c/ gengibre (75g) e couve refogada (75g) - 312 kcal	R\$ 24,90
23	Kibe de carne (150g) + mix de legumes (100g) - 340 kcal	R\$ 24,90
24	Lasanha à bolonhesa low carb (c/ lâminas de palmito) (360g) - 444 kcal	R\$ 26,90
25	NHOQUE DE BATATA DOCE SUGO (150g) COM PATINHO MOÍDO (150g) - 495 Kcal	R\$ 25,50
26	PANQUECA INTEGRAL DE CARNE PATINHO AO SUGO (250g) - 318 kcal	R\$ 25,90
27	PENNE INTEGRAL À BOLONHESA (250g) - 462 kcal	R\$ 23,90
28	PICADINHO DE FILÉ MIGNON (150g) + REFOGADO DE SHIMEJI COM BRÓCOLIS (150g) - 429 kcal	R\$ 26,90
29	Picadinho de filé mignon (150g) + vagem (75g) com abóbora (75g) - 315 kcal	R\$ 25,50
30	STROGONOF DE FILÉ MIGNON (150g) + ARROZ INTEGRAL À PRIMAVERA (100g) - 420 kcal	R\$ 25,90

Nº DO PRODUTO	DESCRÍÇÃO DO PRODUTO - PEIXES	PREÇO
31	Hambúrguer de salmão (150g) + brócolis e abobrinha (100g) - 238 kcal	R\$ 25,90
32	Saint peter ao molho agridoce (150g) + arroz 7 grãos com legumes (100g) - 237 kcal	R\$ 24,50
33	Saint peter ao molho de ervas (150g) + purê de mandioquinha (100g) - 257 kcal	R\$ 25,50
34	Saint peter c/ cogumelos (170g) + lascas de abóbora c/ óleo de coco (80g) - 277 kcal	R\$ 24,50
35	Saint peter c/ lascas de amêndoas (150g) + mix de legumes (100g) - 280 kcal	R\$ 25,50
36	Saint peter em crosta de castanha (150g) c/ purê banana c/ gengibre (100g) - 438 kcal	R\$ 25,50
37	Saint peter grelhado (150g) c/ abobrinha agridoce (100g) - 309 kcal	R\$ 23,90

38	Salmão ao gergelim (150g) + refogado de shimeji (100g) - 337 kcal	R\$ 26,90
39	Salmão ao molho de gengibre (150g) + quinua à primavera (100g) - 275 kcal	R\$ 26,90
40	salmão empanado com quinua (150g) + purê de mandioquinha (100g) e couve refogada (75g) - 587 kcal	R\$ 25,50
41	salmão grelhado (150g) + creme de espinafre c/ biomassa de banana verde (100g) - 456 kcal	R\$ 25,90
42	Salmão grelhado (120g) + Arroz negro (80g) + Abobrinha c/ tomate (70g) - 426 kcal	R\$ 25,50

Nº DO PRODUTO	DESCRÍÇÃO DO PRODUTO - PRÉ/PÓS TREINO	PREÇO
43	CARNE DE PATINHO MOÍDA (90g) + PURÊ DE BATATA DOCE (100g) - 257 Kcal	R\$ 16,90
44	CARNE DE PATINHO MOÍDA (90g) + PURÊ DE MANDIOQUINHA (100g) - 245 kcal	R\$ 16,90
45	FRANGO DESFIADO (100g) + PURÊ DE BATATA DOCE (100g) - 313 kcal	R\$ 16,90

Nº DO PRODUTO	DESCRÍÇÃO DO PRODUTO - VEGETARIANOS	PREÇO
46	Nhoque de batata doce roxa ao molho pesto e muçarela de búfala (210g) - 458 kcal	R\$ 24,50
47	Panqueca integral de ricota com brócolis (250g) - 309 kcal	R\$ 24,50
48	Risoto de quinua à caprese (pesto, muçarela de búfala e tomatinho cereja) (300g) - 467 kcal	R\$ 24,50
49	Falafel (bolinho de grão-de-bico) ao molho de tahine (100g) com purê de abóbora (75g) + couve (75g) - 333 kcal	R\$ 22,90
50	Escondidinho vegano de espinafre (300g) - 260 kcal	R\$ 19,90

Nº DO PRODUTO	DESCRÍÇÃO DO PRODUTO - VEGANOS	PREÇO
51	Falafel (bolinho de grão-de-bico) ao molho de tahine (100g) com purê de abóbora (75g) + couve (75g) - 333 kcal	R\$ 22,90
52	Escondidinho vegano de espinafre (300g) - 260 kcal	R\$ 19,90

53	Strogonof de shimeji e palmito (200g) + arroz negro à primavera (100g) - 220 kcal	R\$ 25,50
Nº DO PRODUTO	DESCRÍÇÃO DO PRODUTO - PROTEÍNAS (VÁCUO)	PREÇO
56	FRANGO C/ CURRY, BRÓCOLIS E AMÊndoAS (100g)	R\$ 12,90
57	FRANGO DESFIADO (100g)	R\$ 11,00
58	REFOGADO DE FRANGO (100g)	R\$ 11,90
59	HAMBÚRGUER DE CARNE (120g)	R\$ 12,00
60	HAMBÚRGUER DE FRANGO (120g)	R\$ 11,00
61	HAMBÚRGUER DE SALMÃO (120g)	R\$ 13,80
62	PATINHO MOÍDO (100g)	R\$ 11,50
63	PICADINHO DE FILÉ MIGNON (100g)	R\$ 13,90
64	SAINT PETER EM CROSTA DE CASTANHA (100g)	R\$ 14,50
65	SALMÃO C/ CROSTA DE QUINUA E CÚRCUMA (100g)	R\$ 13,90
66	Salmão Grelhado (100g)	R\$ 13,80
67	Saint peter Grelhado (120g)	R\$ 13,80
Nº DO PRODUTO	DESCRÍÇÃO DO PRODUTO - CARBOIDRATOS E VEGETAIS (VÁCUO)	PREÇO
68	"ARROZ" DE COUVE-FLOR (100g)	R\$ 4,90
69	ARROZ INTEGRAL (100g)	R\$ 4,90
70	BATATA DOCE ASSADA C/ ALECRIM (100g)	R\$ 4,90
71	BROCÓLIS NO VAPOR (100g)	R\$ 5,00

72	COUVE REFOGADA (80g)	R\$ 5,90
73	LASCAS DE ABÓBORA C/ ÓLEO DE COCO (100g)	R\$ 4,50
74	MANDIOQUINHA ASSADA C/ ALECRIM (100g)	R\$ 4,90
75	MIX DE COGUMELOS (100g)	R\$ 15,50
76	MIX DE LEGUMES (100g)	R\$ 4,90
77	PURÊ DE ABÓBORA (100g)	R\$ 4,90
78	PURÊ DE BATATA DOCE (100g)	R\$ 4,90
79	REFOGADO DE SHIMEJI C/ BROCOLIS (100g)	R\$ 12,90