

# verde vício

Desde 1996

## Congelados Saudáveis Gourmet

- Ingredientes frescos, de qualidade, temperos naturais, molhos artesanais e nossas receitas de maior sucesso!
- É muito importante te ouvir. Feedbacks são sempre bem-vindos para sempre oferecermos nosso melhor!

## O que escolher?

Nossas refeições são bem servidas. Sugerimos escolher nossos **combos**, pensados para te oferecer refeições nutritivas pelo melhor custo-benefício. Caso queira itens individuais, sugerimos montar sua refeição, **escolhendo 2 itens**. Por exemplo, uma proteína e um acompanhamento.

## Como pedir?



Seg. - Sáb.  
(11:00 - 15:30)



35 46-8531  
(ligação)



Congelados Saudáveis  
\*sujeito à variação de preços



98555-4549  
(whatsapp)



# verde vício

Desde 1996

## Combo Especial - 10 refeições **NOVIDADE!**

Como pedir?



98555-4549  
(whatsapp)

1

- Filé de Frango com Crosta de Parmesão e Pesto de Rúcula (210g / 453 Kcal)
- Purê de Grão-de-Bico (200g / 360 Kcal) **VGT** **SG**

2

- Strogonoff de Frango com Champignons de Paris e Molho de Iogurte (250g / 336 Kcal) **SG**
- Batata Palha Caseira (40g / 361 Kcal) **SL** **SG**

3

- Feijoada Light (250g / 261 Kcal) **SL** **SG**
- Arroz com Couve (150g / 234 Kcal) **VGN** **SL** **SG**
- Farofa de Castanhas do Pará (150g / 645 Kcal) **VGT**

4

- Filé de Salmão com Azeite Extra Virgem e Ervas (160g / 423 Kcal) **SL** **SG**
- Salada de Couscous Verde com Queijo Minas, Cebola Roxa e Castanhas do Pará (200g / 373 Kcal) **VGT**

5

- Filé de Tilápia com Azeite Extra Virgem e Ervas (180g / 217 Kcal) **SL** **SG**
- Purê de Abóbora (200g / 186 Kcal) **VGN** **SL** **SG**

continue na  
página seguinte

**VGT** vegetariano

**VGN** vegano

**SG** sem glúten

**SL** sem lactose

# verde vício

Desde 1996

Como pedir?



98555-4549  
(whatsapp)

- 6
  - Rôesti de Quinoa com Vegetais (200g / 272 Kcal) **VGN** **SL**
  - Arroz Integral (150g / 265 Kcal) **VGN** **SL** **SG**
- 7
  - Linguine com Funghi e Verduras (200g / 331 Kcal) **VGT** **SL**
  - Salada de Berinjela Assada com Queijo Minas, Cebola Roxa e Azeitonas (250g / 253 Kcal) **VGT** **SG**
- 8
  - Filé de Frango à Parmegiana ao Forno (200g / 392 Kcal)
  - Salada de Grãos com Tomates Secos Cebola Roxa e Ervas (200g / 367 Kcal) **VGN** **SL**
- 9
  - Caldo Verde de Raízes com Frango Defumado (450g / 387 kcal) **SL** **SG**
  - Brigadeiro Belga Zero Açúcar (200g / 560 Kcal)  
contém 4 porções (50g / 140 kcal por porção) **VGT** **SL** **SG**
- 10
  - Quibe Vegetariano de Abóbora Recheado com Cream Cheese (200g / 379 Kcal) **VGT**
  - Arroz com Brócolis (150g / 231 Kcal) **VGN** **SL** **SG**

## TOTAL

de R\$380  
por R\$340

R\$34,00 por refeição

R\$40,00 OFF

**VGT** vegetariano

**VGN** vegano

**SG** sem glúten

**SL** sem lactose

# verde vício

Desde 1996

## Combo Variado - 5 refeições

Como pedir?



98555-4549  
(whatsapp)

1

- Filé de Frango à Caprese ao Forno (220g / 381 Kcal) **SG**
- Purê de Grão-de-Bico (200g / 360 Kcal) **VGT** **SG**

2

- Strogonoff de Frango com Champignons de Paris e Molho de iogurte (250g / 336 Kcal) **SG**
- Batata Palha Caseira (40g / 361 Kcal) **SL** **SG**

3

- Feijoada Light (250g / 261 Kcal) **SL** **SG**
- Arroz com Couve (150g / 234 Kcal) **VGN** **SL** **SG**
- Farofa de Castanhas do Pará (150g / 645 Kcal) **VGT**

4

- Filé de Salmão com Azeite Extra Virgem e Ervas (160g / 423 Kcal) **SL** **SG**
- Salada de Couscous Verde com Queijo Minas, Cebola Roxa e Castanhas do Pará (200g / 373 Kcal) **VGT**

5

- Filé de Tilápia com Azeite Extra Virgem e Ervas (180g / 217 Kcal) **SL** **SG**
- Purê de Abóbora (200g / 186 Kcal) **VGN** **SL** **SG**

TOTAL

de R\$200  
por R\$180

R\$36,00 por refeição

R\$20,00 OFF

**VGT**

vegetariano

**VGN**

vegano

**SG**

sem glúten

**SL**

sem lactose

# verde vício

Desde 1996

## Combo Vegetariano - 5 refeições

Como pedir?



98555-4549  
(whatsapp)

- Rôesti de Quinoa com Vegetais (200g / 272 Kcal) **VGN** **SL**
  - Arroz Integral (150g / 265 Kcal) **VGN** **SL** **SG**
- Linguine com Funghi e Verduras (200g / 331 Kcal) **VGT** **SL**
  - Salada de Berinjela Assada com Queijo Minas, Cebola Roxa e Azeitonas (250g / 253 Kcal) **VGT** **SG**
- Canelone de Ricota com Espinafre ao Molho Pomodoro (250g / 616 Kcal) **VGT**
  - Salada de Grãos com Tomates Secos Cebola Roxa e Ervas (200g / 367 Kcal) **VGN** **SL**
- Sopa de Abóbora com Cream Cheese (450g / 393 Kcal) **VGT** **SG**
  - Brigadeiro Belga Zero Açúcar (200g / 560 Kcal)  
contém 4 porções (50g / 140 kcal por porção) **VGT** **SL** **SG**
- Quibe Vegetariano de Berinjela com Amêndoas e Ricota (200g / 392 Kcal) **VGT**
  - Purê de Grão-de-Bico (200g / 360 Kcal) **VGT** **SG**

TOTAL

de R\$170  
por R\$150

R\$30,00 por refeição

R\$20,00 OFF

**VGT** vegetariano

**VGN** vegano

**SG** sem glúten

**SL** sem lactose

verde  vício

Desde 1996

## Combinação Especial

Como pedir?



98555-4549  
(whatsapp)

### • Feijoada Light **R\$38,00**

- Feijoada Light - Cubos de Filé de Frango, Linguiça de Frango e Frango Defumado (250g / 261 Kcal) **SL** **SG**
- Arroz com Couve (150g / 234 Kcal) **VGN** **SL** **SG**
- Farofa de Castanhas do Pará (150g / 645 Kcal) **VGT**

## Aves

Feijoada Light - Cubos de Filé de Frango, Linguiça de Frango e Frango Defumado (250g / 261 Kcal)

**R\$15,90** **SL** **SG**

Filé de Frango à Parmegiana ao Forno (200g / 392 Kcal) **R\$20,20**

Filé de Frango com Crosta de Parmesão e Pesto de Rúcula (210g / 453 Kcal) **R\$22,80**

Filé de Frango à Caprese ao Forno (220g / 381 Kcal) **R\$22,80** **SG**

Strogonoff de Frango com Champignons de Paris e Molho de iogurte (250g / 336 Kcal) **R\$22,80** **SG**

**VGT**

vegetariano

**VGN**

vegano

**SG**

sem glúten

**SL**

sem lactose

verde  vício

Desde 1996

Como pedir?



98555-4549  
(whatsapp)

## Peixes

- Filé de Salmão com Azeite Extra Virgem e Ervas (160g / 423 Kcal) **R\$37,90** **SL** **SG**

Filé de Tilápia com Azeite Extra Virgem e Ervas (180g / 217 Kcal) **R\$35,80** **SL** **SG**

## Vegetarianos

Quibe Vegetariano de Abóbora Recheado com Cream Cheese (200g / 379 Kcal) **R\$15,50** **VGT**

Quibe Vegetariano de Berinjela com Amêndoas e Ricota (200g / 392 Kcal) **R\$15,50** **VGT**

Rôesti de Quinoa com Vegetais (200g / 272 Kcal) **R\$15,50** **VGN** **SL**

## Massas

Canelone de Ricota com Espinafre ao Molho Pomodoro (250g / 616 Kcal) **R\$21,70** **VGT**

Linguine com Funghi e Verduras (200g / 331 Kcal) **R\$18,40** **VGT** **SL**

**VGT** vegetariano

**VGN** vegano

**SG** sem glúten

**SL** sem lactose

verde  vício

Desde 1996

Como pedir?



98555-4549  
(whatsapp)

## Sopas

Sopa de Abóbora com Cream Cheese  
(450g / 393 Kcal) **R\$22,90** **VGT** **SG**

Sopa de Abobrinha com Queijo Coalho e Manjericão  
(450g / 318 Kcal) **R\$22,90** **VGT** **SG**

Caldo Verde de Raízes com Frango Defumado  
(450g / 387 kcal) **R\$22,90** **SL** **SG**

## Saladas

Salada de Grãos com Tomates Secos Cebola Roxa e Ervas (200g / 367 Kcal) **R\$17,00** **VGN** **SL**

Salada de Couscous Verde com Queijo Minas, Cebola Roxa e Castanhas do Pará (200g / 373 Kcal) **R\$17,00** **VGT**

Salada de Berinjela Assada com Queijo Minas, Cebola Roxa e Azeitonas (250g / 253 Kcal) **R\$17,00** **VGT** **SG**

**VGT** vegetariano

**VGN** vegano

**SG** sem glúten

**SL** sem lactose



verde  vício

Desde 1996

Como pedir?



98555-4549  
(whatsapp)

## Acompanhamentos

- Arroz com Brócolis (150g / 231 Kcal) R\$9,80 VGN SL SG
- Arroz com Couve (150g / 234 Kcal) R\$9,80 VGN SL SG
- Arroz Integral (150g / 265 Kcal) R\$9,80 VGN SL SG
- Feijão Cariquinha (250g / 224 Kcal) R\$10,90 VGN SL SG
- Farofa de Castanhas do Pará (150g / 645 Kcal)  
R\$12,30 VGT
- Batata Palha Caseira (40g / 361 Kcal) R\$8,30 SL SG
- Purê de Abóbora (200g / 186 Kcal) R\$11,80 VGN SL SG
- Purê de Grão-de-Bico (200g / 360 Kcal) R\$11,80 VGT SG

## Sobremesas

Brigadeiro Belga Zero Açúcar (200g / 560 Kcal)  
contém 4 porções (50g / 140 kcal por porção)  
R\$28,00 VGT SL SG

VGT

vegetariano

VGN

vegano

SG

sem glúten

SL

sem lactose