

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)



3546-8531
(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
próxima a página

VGT vegetariano

VGN vegano

SG sem glúten

SL sem lactose

verde vício

Desde 1996

Como pedir?



98555-4549
(whatsapp)

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

TOTAL
de R\$440
por R\$390

R\$39,00 por refeição

R\$50 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\$230
por R\$210

R\$42,00 por refeição

R\$20 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\$210
por R\$170

R\$34,00 por refeição

R\$40 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\$43,50**

- 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\$17,50 **SL** **SG**

Filé de Frango à Parmegiana ao Forno (200g / 392 Kcal) **R\$22,20**

Filé de Frango com Crosta de Parmesão e Pesto de Rúcula (210g / 453 Kcal) **R\$25,10**

Filé de Frango à Caprese ao Forno (220g / 381 Kcal) **R\$25,10** **SG**

Strogonoff de Frango com Champignons de Paris e Molho de logurte (250g / 336 Kcal) **R\$25,10** **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\$41,70** **SL** **SG**

Filé de Tilápia com Azeite Extra Virgem e Ervas
(180g / 217 Kcal) **R\$37,90** **SL** **SG**

Vegetarianos

Quibe Vegetariano de Abóbora Recheado com Cream
Cheese (200g / 379 Kcal) **R\$19,80** **VGT**

Quibe Vegetariano de Berinjela com Amêndoas e
Ricota (200g / 392 Kcal) **R\$19,80** **VGT**

Rôesti de Quinoa com Vegetais (200g / 272 Kcal)
R\$17,10 **VGN** **SL**

Massas

Canelone de Ricota com Espinafre ao Molho
Pomodoro (250g / 616 Kcal) **R\$23,90** **VGT**

Linguine com Funghi e Verduras (200g / 331 Kcal)
R\$20,40 **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\$25,20** **VGT** **SG**

Sopa de Abobrinha com Queijo Coalho e Manjericão
(450g / 318 Kcal) **R\$25,20** **VGT** **SG**

Caldo Verde de Raízes com Frango Defumado
(450g / 387 kcal) **R\$25,20** **SL** **SG**

Saladas

Salada de Grãos com Tomates Secos Cebola Roxa e
Ervas (200g / 367 Kcal) **R\$21,00** **VGN** **SL**

Salada de Couscous Verde com Queijo Minas,
Cebola Roxa e Castanhas do Pará
(200g / 373 Kcal) **R\$21,00** **VGT**

Salada de Berinjela Assada com Queijo Minas, Cebola
Roxa e Azeitonas (250g / 253 Kcal) **R\$21,00** **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\$13,50 VGN SL SG

Arroz com Couve (150g / 234 Kcal) R\$13,50 VGN SL SG

Arroz Integral (150g / 265 Kcal) R\$13,50 VGN SL SG

Feijão Cariquinha (250g / 224 Kcal) R\$12,00 VGN SL SG

Farofa de Castanhas do Pará (150g / 645 Kcal)
R\$13,50 VGT

Batata Palha Caseira (40g / 361 Kcal) R\$9,20 SL SG

Purê de Abóbora (200g / 186 Kcal) R\$15,00 VGN SL SG

Purê de Grão-de-Bico (200g / 360 Kcal) R\$15,00 VGT SG

Sobremesas

Brigadeiro Belga Zero Açúcar (200g / 560 Kcal)
contém 4 porções (50g / 140 kcal por porção)
R\$30,80 VGT SL SG

VGT vegetariano

VGN vegano

SG sem glúten

SL sem lactose