



Antes do resultado, existe o processo.

TRADICIONAIS

- 1) Arroz integral com legumes + feijão preto + carne bovina moída
- 2) Arroz branco + feijão vermelho + abobrinha + carne bovina moída
- 3) Arroz branco com brócolis + rocambole de carne bovina moída
- 4) Arroz branco com cenoura + carne bovina picada
- 5) Macarrão integral com legumes + almôndegas de carne bovina moída
- 6) Macarrão pene com abobrinha + tomate cereja + carne bovina moída
- 7) Purê de batata inglesa + couve flor + carne bovina picada
- 8) Purê de cabotiá + brócolis + molho bolonhesa
- 9) Arroz + feijão preto + abobrinha + carne de frango picado ou desfiado
- 10) Arroz com legumes + feijão carioca + sobrecoxa de frango
- 11) Arroz integral com legumes + sobrecoxa assada e desfiada
- 12) Arroz branco com abobrinha + estrogonofe de frango
- 13) Batata rústica + creme de milho + carne de frango picado
- 14) Purê de cabotiá + frango picado cremoso
- 15) Purê de batata + brócolis + almôndegas de frango com molho vermelho
- 16) Purê de mandioca + molho vermelho + rocambole de frango

Escolha seu kit / plano*

 <p>Kit c/ 5 refeições tradicionais</p> <p>R\$ 92,60</p>	 <p>Mais pedido</p> <p>Kit c/ 10 refeições tradicionais</p> <p>R\$ 175,50</p>	 <p>Plano c/ 20 refeições tradicionais</p> <p>R\$ 331,50</p>	 <p>Melhor escolha</p> <p>Plano c/ 40 refeições tradicionais</p> <p>R\$ 624,60</p>
--	---	--	--

Valor unitário tradicionais: R\$ 19,50
Marmitas de 500ml (~350g)

* Kits e planos promocionais: PIX ou dinheiro (Cartão: valor diferenciado, consultar antes do fechamento da venda)

 (45) 99940-5394

Peça agora pelo WhatsApp

 @alegre_fit



Avenida Rio Grande do Sul, 106 - Jardim Porto Alegre - Toledo-Pr.

ESPECIAIS

17) Escondidinho de mandioca com molho bolonhesa

19) Lasanha com carne bovina moída

21) Panqueca de carne bovina moída + molho vermelho

23) Arroz negro com legumes + almôndegas de carne bovina

18) Escondidinho de cabotia com carne bovina de panela

20) Lasanha com carne frango desfiado

22) Nhoque de batata + molho bolonhesa

24) Quinoa com brócolis + peixe grelhado + molho de maracujá

Escolha seu kit / plano*

✓ Mais pedido

Kit c/ 5
refeições
especiais

R\$ 111,15

Kit c/ 10
refeições
especiais

R\$ 210,60

Plano c/ 20
refeições
especiais

R\$ 397,80

★ Melhor escolha

Plano c/ 40
refeições
especiais

R\$ 748,80

Valor unitário especiais: R\$ 23,40
Marmitas de 500ml (~350g)

PERSONALIZADAS

Refeições feitas de acordo com seu objetivo, rotina e preferências.

✓ Dietas específicas

✓ Ajuste de ingredientes e peso

✓ Restrições alimentares


✓ Orientação nutricional

Valor unitário, kit ou plano personalizadas: Solicite orçamento
Marmitas de 250, 500 e 750 ml (~260 a 700g)

Informações adicionais

✓ Pedidos com 48h de antecedência

✓ Entregas de segunda a sábado

✓ Retirada disponível: LOCALIZAÇÃO 

✓ Atendemos Toledo, Cascavel e Foz

* Kits e planos promocionais: PIX ou dinheiro (Cartão: valor diferenciado, consultar antes do fechamento da venda)

 (45) 99940-5394

informações pelo WhatsApp

 @alegre_fit



Avenida Rio Grande do Sul, 106 - Jardim Porto Alegre - Toledo-Pr.