@alegre_fit

Alegre Fit
Alimentação Saudável

(45) 99940-5394

T R A D I C I O N A I S

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

E S P E C I A I S

17) Escondidinho de mandioca com molho bolonhesa
18) Escondidinho de cabotiá com carne bovina de panela
19) Lasanha com carne bovina moída
20) Lasanha com carne frango desfiado
21) Panqueca de carne bovina moída + molho vermelho
22) Nhoque de batata + molho bolonhesa
23)Escondidinho de batata doce + molho bolonhesa
24) Quinoa com brócolis + peixe grelhado + molho de maracujá

Valor unitário tradicionais: R$ 19,50 / Valor unitário especiais: R$ 23,40
Marmitas de 500ml (M: aprox. 350g)

Conheça os nossos kits / planos promocionais*

	Mais pedido		Econômico		Mais pedido			
Kit c/ 5 tradicionais R$ 92,60	**Kit c/ 10 tradicionais R$ 175,50**	Plano c/ 20 tradicionais R$ 331,50	**Plano c/ 40 tradicionais R$ 624,60**		**Kit c/ 5 especiais R$ 111,15**	Kit c/ 10 especiais R$ 210,60	Plano c/ 20 especiais R$ 397,80	Plano c/ 40 especiais R$ 748,80

** Kits e planos promocionais para pagamento no PIX ou dinheiro - Cartão: consultar valores - Vouchers: sem desconto. Quantidades referenciais, e é possivel mesclar entre tradicionais e especias, o desconto será aplicado ao final do pedido.*

Temos marmitas de 250ml e 750ml (P / G: de 230g a 700g), a partir de R$ 14,00 a unidade (tradicionais)

LINHA PERSONALIZADA

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

✓ Dietas específicas ✓ Ajuste de ingredientes e peso ✓ Restrições alimentares ✓ Orientação nutricional

Informações adicionais

✓ Opções a pronta entrega (consulte)
✓ Pedidos c/ 48h de antecedência (produção)
✓ Entregas de segunda a sábado (tercerizada)
✓ Retiradas agendadas (endereço abaixo)

Peça agora pelo WhatsApp

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

Antes do resultado, existe o processo.

@alegre_fit

Alegre Fit
Alimentação Saudável

(45) 99940-5394

C A L D O S & S O P A S

1) Caldo de feijão preto com carne bovina
2) Caldo de mandioca com carne bovina
3) Caldo de abóbora cabotiá com couve e carne bovina moída
4) Caldo de feijão branco com couve e carne bovina moída
5) Caldo de abóbora cabotiá com cenoura e carne de frango
6) Caldo de mandioquinha com carne de frango
7) Caldo de lentilha com cenoura e carne de frango
8) Caldo de couve flor com carne de frango
9) "Vaca atolada"
10) Caldo de grão de bico com bacon saudável
11) Sopa de lentilha com tomate e carne de frango
12) Sopa de legumes com carne de frango

Valor unitário: R$ 20,00

Descontos promocionais para kits a partir de 5 (cinco) unidades - pagamento no PIX ou dinheiro

L A N C H E S & A C O M P A N H A M E N T O S

Saladas para acompanhamento - 150gr
Valor individual: R$ 9,00

Salada no pote (com proteína) - 500gr
Valor individual: R$ 25,00

Kit c/ 2 hambúrgueres (carne bovina / frango) - 300gr
Valor individual: R$ 25,00

Kit com 2 hambúrgueres de peixe - 300gr
Valor individual: R$ 25,00

Porção de carne (bovina ou frango) - 250gr
Valor individual: R$ 20,00

Porção de carne bovina de panela - 250gr
Valor individual: R$ 25,00

Suco funcional - diversos sabores - 300ml
Valor individual: R$ 18,00

Brownie saudável da Chef Maria Eunice
Bolo inteiro: a partir de R$ 70,00

Brownie saudável da Chef Maria Eunice
Porcionado: a partir de R$ 7,00

Caixa de bombons de brownie saudável (c/ 6 un)
Valor individual: R$ 30,00

Bolinhos (linha zero) - vários sabores
Valor individual: R$ 15,00

Salgados assados e pão de forma (linha zero)
Valor: solicite orçamento

Produtos da linha zero, não são recomendados a alérgicos, pode haver contaminação cruzada na produção.

K I T D E T O X

Programa alimentar com objetivo ajudar o corpo a eliminar toxinas e melhorar a saúde de forma geral.

Benefícios do programa

- ✓ Elimina toxinas no organismo
- ✓ Promove uma melhora na digestão
- ✓ Redução de medidas
- ✓ Aumento de energia
- ✓ Refeições saudáveis e práticas
- ✓ Equilibrio e bem estar

O que acompanha

- ✓ Caldos funcionais
- ✓ Sucos funcionais
- ✓ Marmitas low carb
- ✓ Suchás

Protocolo com orientações de consumo após a entrega e acompanhamento individual durante o programa.

As saladas, caldos e porções são acondicionadas em embalagens de 500ml.
Sucos são acondicionados em embalagens de 350ml. Os demais produtos, as embalagens podem variar.

Peça agora pelo WhatsApp

(45) 99940-5394

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

Antes do resultado, existe o processo.