

Legenda: **CG** - Carga Glicêmica / **NG** - Sem Glúten / **SL** - Sem Lactose / **C** - Bom para Colesterol / **D.M.** - Diabetes Melitus / **O**-Ovolacto / **V**-Vegano / **F**- Fit / **LC**- Low Carb.
Linha Light: Refeições com 350g e 350 kcal em média - **Light Mais:** Refeições maiores com 450g e 450 kcal em média - **Lev&Zen:** Linha Funcional assinada pelo João Curvo

PRATOS	LINHA	GRUPO	DESCRIÇÃO	KCal.	Peso	CG	NG	SL	C	DM	O	V	F	LC	Alérgicos	R\$
FRANGO AO REQUEIJAO COM ARROZ INTEGRAL	Infantil	Aves	Iscas de peito ao molho de requeijão com palmito e tomate. Acompanha arroz integral.	193	200	5,3	X								derivados do leite	21,30
FRANGO DE BLUSINHA 200g	Infantil	Aves	Cubinhos de coxa empanados (com farinha sem glúten) e assados, salpicados de mussarela. Acompanha arroz integral com cenoura e creme de feijão preto.	219	200	9,8	X		X						derivados do leite, soja	21,30
FRANGO SILVESTRE COM ARROZ INTEGRAL	Infantil	Aves	Iscas de peito ao molho sugo acompanhado de legumes (vagem, repolho e abóbora) e arroz integral.	156	200	4,5	X	X								20,30
SOPA DE ERVILHA COM FRANGO	Infantil	Aves	Saboroso creme de ervilhas com cubinhos de frango, abobrinha e cenoura.	171	200	2,4	X	X								21,20
FEIJOADINHA	Infantil	Carnes	Creoso feijão preto num tempero caseiro com carne seca e carne fresca desengorduradas. Guarnições: arroz e couve mineira.	204	200	6,7	X	X							soja	21,30
KAFTA DE CARNE COM LENTILHAS	Infantil	Carnes	Kafta de carne grelhada, acompanhada de arroz integral com cenoura e abobrinha, regados com lentilhas e cebolas em rodela.	223	200	8,3	X	X	X						ovos	24,20
MINI ALMONDEGAS DE CARNE	Infantil	Carnes	Almondegas assadas no forno regadas ao molho de tomate ao toque de alcaparras. Acompanha Brócolis refogado.	181	200	5,4									derivados do leite, ovos, trigo	23,50
NHOQUE A BOLONHESA COM CENOURA	Infantil	Carnes	Nhoque de batata com molho caseiro à bolonhesa de carne e cenoura.	231	200	5									derivados do leite	26,20
ESPAGUETE C/CARNE MOÍDA E CENOURA	Infantil	Massas	Espaguete integral ao sugo acompanhado de carne moída incrementada com ervilhas frescas, cenoura e azeitona verde.	258	200	9,8									derivados do leite, trigo	24,80
TALHARIM COM LEGUMES E FRANGO	Infantil	Massas	Talharim caseiro com peito de frango, abobrinha e cenoura ao molho do próprio frango.	151	200	5		X							soja, trigo	20,30
LINGUADO NA BAROA COM LEGUMES	Infantil	Peixes	Leito de purê de mandioquinha coberta pelo filé ao molho de tomate com abóbora e chuchu.	138	200	4,6	X	X							peixes	34,30
POLPETTAS DE SALMAO	Infantil	Peixes	3 almondegas de salmão e peixe assadas no forno ao molho de requeijão, acompanhadas de legumes: repolho, brócolis e cenoura	164	200	4,5	X								derivados do leite, ovos, peixes	28,40
RISOTO DE FRANGO COM ABÓBORA	Infantil	Sopas	Peito Desfiado com abóbora picadinha e arroz branco ao toque de azeitonas.	189	200	9,5	X								derivados do leite	18,60
SOPA DE MANDIOQUINHA 200g	Infantil	Sopas	Fino caldo de carne com creme de mandioquinha e cenoura. Enriquecido com carne desfiada e um toque de alho poró.	167	200	5,7	X	X								23,90