



Marmitinhas

Panqueca de carne ou frango c/ molho branco ou sugo (2 un.)	R\$ 16,00
Panqueca de palmito e alho poró (2 un.) c/ molho branco ou sugo	R\$ 20,00
Escondidinho de carne ou frango com purê de batata	R\$ 16,00
Escondidinho de linguiça artesanal com purê de mandioquinha	R\$ 20,00
Sobrecoxa de frango com molho de alho poró e salsão e purê	R\$ 16,00
Sobrecoxa de frango com molho de alho poró e arroz de cereais	R\$ 18,00
Sobrecoxa de frango desossada ao limone com brócolis	R\$ 20,00
Carne de panela com cenoura, abobrinha e mandioquinha	R\$ 16,00
Costelinha de porco com farofa de linguiça	R\$ 16,00
Baião de dois	R\$ 16,00
Strogonoff de file mignon	R\$ 20,00
Strogonoff de frango	R\$ 16,00
Iscas de file mignon no shoyo com brócolis e cogumelos	R\$ 20,00
File mignon à parmegiana	R\$ 20,00
File de frango à parmegiana	R\$ 16,00
File de tilápia ou Saint Peter com ervas e purê de mandioquinha	R\$ 20,00
Lasanha de panqueca com molho branco e sugo	R\$ 18,00

Low Carb

Sobrecoxa de frango c/ molho de alho poró ou carne de panela (1)	R\$ 16,00
Sobrecoxa de frango c/ molho de alho poró ou carne de panela (2)	R\$ 18,00
Sobrecoxa de frango c/ molho de alho poró ou carne de panela (3)	R\$ 17,00
Costelinha de porco cozida com couve refogada	R\$ 16,00
Iscas de file mignon no shoyo com brócolis e cogumelos	R\$ 20,00
Bife a role recheado com legumes e purê de cenoura	R\$ 18,00
File de tilápia ou Saint Peter com ervas e mix de legumes refogados	R\$ 20,00

Opção (1) Mix de legumes refogados em azeite

Opção (2) Legumes cozidos com gergelim (couve flor, brócolis e ervilha torta)

Opção (3) Verdura refogada (repolho roxo ou espinafre ou acelga ou escarola)

Sopas e Caldos

Caldo verde	R\$ 16,00
Sopa de mandioquinha com gengibre	R\$ 16,00
Canja de galinha	R\$ 18,00
Minestrone	R\$ 18,00

- Embalagens de 500 ml

- Pedidos com 48 h de antecedência

- Taxa de entrega sob consulta

- Todas as Marmitinhas são entregues recém preparadas e refrigeradas. As embalagens vão ao freezer e micro-ondas.

- Pagamento através de transferência bancária

- Consulte outras opções

CHEF SANDRA DEL PÉRSIO
(11) 94460-3314



sdelpersio@gmail.com



(11) 94460 - 3314