

Você no controle da sua alimentação!

panehcongeladoslight.com.br • Televendas 3478-3030

04 . CARNES

- PN0401 **Mignon ao Molho Mostarda** 130g **105kcal** **R\$ 19,70**
- PN0402 **Carne Assada ao Molho de Tomate** 130g **310kcal** **R\$ 18,00**
- PN0404 **Filé Mignon ao Funghi Secchi** 155g **229kcal** **R\$ 25,20**
- PN0405 **Panqueca de Carne com Molho de Tomate** 150g **241kcal** **R\$ 15,30**
- PN0406 **Iscas de Carne ao Shoyo** 120g **216kcal** **R\$ 18,70**
- PN0407 **Carne Recheada com Suflê de Cenouras** 140g **207kcal** **R\$ 19,70**
- PN0408 **Medalhão de Filé Mignon ao Vinho** 140g **239kcal** **R\$ 23,40**

05 . AVES

- PN0501 **Frango à Parmegiana** 250g **125kcal** **R\$ 12,60**
- PN0502 **Frango com Tomate Seco** 100g **138kcal** **R\$ 10,80**
- PN0503 **Almôndegas de Frango ao Molho de Tomate** 120g **97kcal** **R\$ 9,70**
- PN0504 **Frango ao Molho de Queijo** 150g **149kcal** **R\$ 12,60**
- PN0505 **Rolê de Frango Recheado com Maçã e Passas** 120g **166kcal** **R\$ 12,70**
- PN0506 **Frango ao Gorgonzola** 115g **158kcal** **R\$ 10,80**
- PN0507 **Frango ao Molho de Creme de Leite e Tomate** 130g **141kcal** **R\$ 11,70**
- PN0508 **Rocambole de Frango com Espinafre** 140g **241kcal** **R\$ 15,30**
- PN0509 **Strogonoff de Frango** 200g **166kcal** **R\$ 23,50**
- PN0510 **Frango na Laranja** 150g **130kcal** **R\$ 13,70**

06 . PEIXES

- PN0601 **Peixe Gratinado com Molho Branco Light** 125g **260Kcal** **R\$ 22,50**
- PN0602 **Salmão Grelhado com Ervas Finas** 100g **116Kcal** **R\$ 26,10**
- PN0603 **Filé de Peixe com Tomate, Champignon e Azeitona** 125g **150Kcal** **R\$ 25,20**
- PN0604 **Filé de Peixe Assado com Creme de Agrião** 150g **149Kcal** **R\$ 21,60**
- PN0605 **Filé de Peixe com Molho de Camarão** 120g **206Kcal** **R\$ 26,10**

07. CEREAIS

PN0701	Arroz com Brócolis	110g	132kcal	R\$ 6,30
PN0702	Arroz com Cenouras e Milho	110g	156kcal	R\$ 6,30
PN0703	Arroz com Cenoura, Vagem e Chuchu	110g	139kcal	R\$ 7,20
PN0704	Arroz Branco	110g	85kcal	R\$ 5,40
PN0706	Macarrão Farfale, Cenoura e Brócolis	110g	178kcal	R\$ 7,20
PN0707	Arroz com Espinafre	110g	110kcal	R\$ 7,20
PN0708	Risotto de Brócolis	150g	144kcal	R\$ 7,60
PN0709	Fusilli com Abobrinha	110g	73kcal	R\$ 6,30
PN0710	Arroz com Milho	110g	135kcal	R\$ 6,30
PN0711	Arroz com Cenoura e Beterraba	110g	155kcal	R\$ 7,20
PN0712	Arroz Integral	110g	80kcal	R\$ 5,90
PN0713	Arroz com Cenoura, Vagem, Ervilha e Peito de Peru	110g	116kcal	R\$ 8,10
PN0714	Arroz Integral com Brócolis	110g	128kcal	R\$ 7,20

08. ACOMPANHAMENTOS

PN0801	Cenoura com Salsinha	100g	50kcal	R\$ 8,10
PN0802	Espinafre Refogado	90g	46kcal	R\$ 8,10
PN0803	Purê de Cenoura	140g	56kcal	R\$ 7,40
PN0804	Creme de Espinafre	160g	147kcal	R\$ 6,30
PN0805	Purê de Abóbora	140g	95kcal	R\$ 7,20
PN0806	Cenoura, Couve-flor e Petit Pois	100g	44kcal	R\$ 8,20
PN0807	Brócolis, Couve-flor e Cenoura	125g	43kcal	R\$ 8,90
PN0808	Purê de Batata Baroa	140g	114kcal	R\$ 11,70
PN0810	Purê de Inhame	140g	102kcal	R\$ 7,20
PN0811	Vagem Refogada	90g	63kcal	R\$ 7,20
PN0812	Purê de Batatas	140g	72kcal	R\$ 6,90
PN0813	Brócolis Refogado	80g	41kcal	R\$ 8,90
PN0814	Creme de Milho	140g	112kcal	R\$ 7,50
PN0815	Batata Doce Souté com Ervas	100g	93kcal	R\$ 8,70
PN0816	Purê de Batata Doce com Gengibre	140g	95kcal	R\$ 7,70

