

EMENTA DETOX IN A BOX:

Semana 24 – 30 de Maio

Categorias:



ENERGY
BOOST



ANTI
AGING

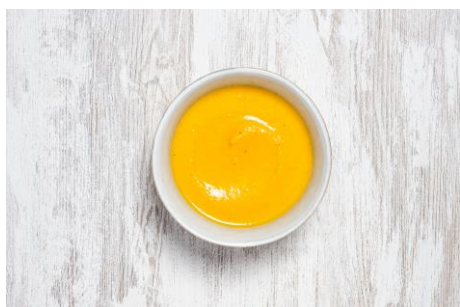


HEALTHY
BALANCE



BRAIN
FOOD

SOPAS



Creme de
cenoura e aipo



Sopa de curgete e
agrião

REFEIÇÕES



CARNE

Rolo de carne com
esparguete de alho



PEIXE

Bacalhau com broa e
coentros



VEGETARIANO

Crumble de legumes

WRAPS



Wrap de atum



Wrap de frango

EMENTA DETOX IN A BOX:

Semana 24 – 30 de Maio

Categorias:



ENERGY
BOOST



ANTI
AGING



HEALTHY
BALANCE



BRAIN
FOOD

SALADAS



Salada de quinoa com
legumes assados e
ricotta



Salada grega com
couscous



Salada de salmão
fumado com penne

SOBREMESAS



Pudim de chia com
frutos vermelhos



Iogurte com granola e
pessego



Crumble de frutos
vermelhos

BEBIDAS



Sumo Maçã e Maracujá



Sumo Maçã e Morango



Sumo Laranja e Maçã