

Menu Online do Chef

Alimentos Práticos desde 1983



Peça online e torne o seu dia-a-dia mais simples, leve e tranquilo com pratos congelados saudáveis e gostosos!

Carnes

- Bife à Milanesa 300g
- Carne Assada ao Molho Ferrugem 400g
- Carne Moída ao Creme e Palha 500g
- Carne Louca 500g
- Almôndegas ao Sugo 500g
- Lagarto Recheado com Calabresa 450g
- Bife à Rolê 700g
- Baby Beef à Parmegiana 400g
- Filé Mignon à Parmegiana 600g
- Beef Chips (Filé Mignon com batata palha) 600g
- Carne com Mandioca 500g
- Polpetone Giardino 500g
- Escondidinho de Carne Seca com Mandioca 600g
- Isclas de Carne 450g
- Stroganoff de Filé 500g
- Dobradinha à Italiana 600g
- Feijoada 900g
- Lombinho Defumado Picante pacote
- Pernil de Estádio 750g
- Assados:
- Costelinha Agrícola por Kg
- Costelinha Barbecue por Kg

Serve até 4 pessoas

- Bacalhau Gratinado 1200g
- Lagarto ao Molho Funghi e Champignon 1kg
- Conchiglione Quatro Queijos ao molho Rose e Gruyere 1.200g
- Pansoti ao Gruyere e Pomodoro Fresco 1kg
- Raviolone de Mussarela de Búfala ao Pomodoro Fresco 1kg
- Raviolone de Mussarela, Tomate Seco e Rúcula ao M. Pomodoro e Creme 1200g
- Lasanha de Mussarela de Búfala à Bolognesa 1.600g
- Lasanha Marguerita 1500g

Aves

- Filé de Frango à Milanesa 300g
- Filé de Frango à Parmegiana 500g
- Filé de Frango ao Curry e Abacaxi 500g
- Filé de Frango Grelhado 250g
- Filé de Frango Grelhado com Molho de Agrião 500g
- Filé de Frango Grelhado com Brócolis 500g
- Frango ao Catupiry 500g
- Frango Xadrez 500g
- Chicken Chips (frango com batata palha) 500g
- Fricassê de Frango e Palmito 500g
- Peito de Frango com Alho Poró 400g
- Frango ao Molho de Maças 400g
- Stroganoff de Frango 500g
- Risoto de Frango 600g
- Coxa e Sobrecoxa 350g
- Frango Oriental 290g

Peixes

- Filé de Pescada ao Molho de Camarão 600g
- Filé de Pescada à Dôre 300g
- Salmão Grelhado ao Gruyere 400g
- Salmão Grelhado com Ervas Frescas 250g
- Abadejo Grelhado com Creme de Espinafre 400g
- Bacalhau Gratinado 700g
- Camarão à Thermidor 400g
- Bobó de Camarão 400g

Acompanhamentos

- Arroz Branco 400g
- Arroz à Grega 400g
- Feijão Caseiro 450g
- Berinjela à Parmegiana 600g
- Brócolis Alho e Óleo 300g
- Creme de Milho 350g
- Creme de Espinafre 350g
- Couve Refogada 200g
- Couscous Marroquino 350g
- Farofa Salgada 200g
- Purê de Batatas 350g
- Purê de Maças 350g
- Purê de Mandioquinha 350g
- Batata Assada Bacon e Requeijão 200g
- Batata Assada Brócolis e Queijo 200g
- Batata Assada 3 Queijos 200g

Massas & Panquecas com Molho

- Pansoti ao Gruyere e Pomodoro Fresco 600g *Artisanal*
- Panqueca de Carne 500g - 4 unidades
- Panqueca de Frango com Requeijão - 500g - 4 unidades
- Conchiglione 4 Queijos ao Molho Rosado 900g
- Raviolone Mussarela, Rúcula e Tomate Seco ao M. Pomodoro e Creme 600g *Artisanal*
- Rondelli 4 Queijos ao Molho Branco 900g
- Nhoque à Bolognesa 900g
- Lasanha à Bolognesa Tradicional 1k
- Lasanha de Espinafre e Queijos 1k
- Lasanha Margherita 1k

Massas & Panquecas sem Molho

- Nhoque de Mandioquinha 500g
- Nhoque de Batata Fatto a Mano 500g
- Rondelli Quatro Queijos por kilo
- Panqueca de Carne 500g - com 6 unidades
- Panqueca de Espinafre/ 5 Queijos - 500g com 6 unidades
- Molho ao Sugo Finos 550g
- Molho ao Funghi Finos 550g
- Molho de 4 Queijos Fatto a Mano 500g
- Molho Branco Fatto a Mano 500g
- Molho à Bolognesa Finos 550g

Individuais Tradicionais e Atelier da Pasta

- Stroganoff de Filet Mignon, Arroz Branco e Batata Palha 450g
- Stroganoff de Frango, Arroz Branco e Batata Palha 450g
- Filé Mignon à Parmegiana, Arroz Branco e Purê de Batatas 500g
- Filé de Frango à Parmegiana, Arroz com Salsa e Creme de Milho 500g
- Filé de Peixe à Dorê, Arroz Branco e Purê de Mandioquinha 400g
- Carne de Sol com Abóbora, Arroz Branco e Tutu de Feijão 550g
- Feijoada, Arroz Branco e Farofa 550g
- Filé de Frango ao Molho de Agrião, Arroz com Abóbora e Purê de Cenoura 400g
- Crepe de Abobrinha, Arroz com Champignon e Polpetas ao Pomodoro 450g
- Carne de Panela, Arroz Branco e Feijão 450g
- Fettucine aos Três Queijos 380g
- Fettucine à Margherita com Mussarela de Búfala 380g *Artisanal*
- E mais: Arroz, Feijão e Espeto Misto (lingüiça, carne, cebola e pimentão) e legumes sauté.

Individuais Light

- FL 01 Arroz integral, frango ao curry e couve manteiga refogada (349kcal)
- FL 02 Cenoura na salsa, suflê de espinafre e escalope ao molho de alcarras (377kcal)
- FL 03 Arroz à grega, brócolis ao alho e filet de pescada ao molho de azeitonas (386kcal)
- FL 04 Abobrinha recheada e cenoura sauté (358kcal)
- FL 05 Arroz com brócolis, purê de mandioquinha, lagarto assado ao molho ferrugem (335kcal)
- FL 07 Arroz integral, bife grelhado ao molho de champignon e vagem na salsa (337kcal)
- FL 08 Arroz, quibe assado e berinjela napolitana (345kcal)
- FL 09 Arroz integral, frango ao molho de abacaxi e espinafre refogado (307kcal)
- FL 10 Batata sauté, pescada ao molho de alcarras, cenoura e vagem na salsa (399kcal)
- FL 11 Arroz com ervilha, frango grelhado ao molho de laranja e suflê de beterraba (377kcal)
- FL 12 Purê de cenoura, lentilha e escalopinho de frango (364kcal)
- FL 14 Risoto de champignon, cubos de frango ao molho de manjeriço (358kcal)
- FL 16 Arroz integral a grega, filé de pescada ao molho de limão, mostarda refogada (357kcal)
- FL 17 Berinjela recheada de carne moída com ricota, seleta de legumes sauté (407kcal)
- FL 18 Quibe assado ao molho de hortelã, cenoura e vagem na salsa (354kcal)
- FL 19 Peito de frango ao molho napolitano, lentilha e arroz integral (443kcal)
- FL 20 Filé de pescada ao molho de maracujá, acelga refogada e batata corada (389kcal)
- FL 21 Quiche de brócolis, cenoura na salsa e isca de frango grelhada (412kcal)
- FL 22 Arroz integral, bife grelhado ao shoyo, vagem na salsa (392kcal)
- FL 24 Mandioca na salsa, carne assada ao molho de melão e couve manteiga refogada (448kcal)
- FL 25 Arroz, role de frango, beterraba na salsa (385kcal)
- FL 26 Arroz integral, cubos de carne com cenoura, abobrinha de forno (359kcal)
- FL 28 Filé de sobrecoxa assada, berinjela grelhada e arroz com açafrão (436 kcal)
- FL 29 Milho na manteiga, bife grelhado, escarola na salsa (420kcal)

Página 01/02

Confira na próxima página Sopas, Quiches, Salgadinhos, Árabs, Vegetarianos e Orgânicos, Bolos, Doces Diet e muito mais!

