



ARATICUM

COZINHA CRIATIVA

2025





ARATICUM
COZINHA CRIATIVA

LINHA LOW CARB/FIT

FRANGO

- | | | |
|-------------|---|------------------|
| 101. | Wok de cubos de filé de peito com legumes Thai. Sem Glúten, Sem Lactose, 350g | R\$24,90 |
| 102. | Hambúrgueres de frango com aveia, ao molho de iogurte e legumes salteados. Sem Glúten, Contém Lactose 350g | R\$ 23,50 |
| 103. | Hambúrgueres de frango com aveia, molho de mostarda e batatas ao murro. Contém Glúten, Contém Lactose 350g | R\$ 25,00 |
| 104. | Filé de sobrecoxa (sem pele) assado com vinagrete, couve refogada e feijão fradinho. Sem Glúten, Sem Lactose 380g | R\$ 26,00 |
| 105. | Filé de sobrecoxa (sem pele) assado com vinagrete, batatas ao murro e cuscuz marroquino. Contém Glúten, Contém Lactose 350g | R\$ 28,00 |
| 106. | Escondidinho de frango cremoso, brócolis, tomate cereja e manjerição, com purê de abóbora cabotiá e sementinhas. Sem Glúten, Sem Lactose 400g | R\$ 23,00 |
| 107. | Peito grelhado ao molho de espinafre e risoto de Quinoa com legumes. Sem Glúten, Contém Lactose 350g | R\$ 29,00 |
| 108. | Panquecas de espinafre com recheio de frango e creme de ricota, molho de tomates e queijo mussarela. Contém Glúten, Contém Lactose 450g | R\$ 28,60 |





ARATICUM

COZINHA CRIATIVA

PEIXE

- 109.** Filé de tilápia com molho de tahine e cuscuz marroquino. Contém Glúten, Sem Lactose. **450g** **R\$45,00**
- 110.** Filé de tilápia ao molho de espinafre e risoto de Quinoa com legumes. Sem Glúten, Contém Lactose **350g** **R\$ 36,10**
- 111.** Filé de tilápia com legumes Thai. Sem Glúten, Sem Lactose **350g** **R\$ 36,10**
- 112.** Filé de tilápia com molho de iogurte com ricota, batatas ao murro e mix de legumes. Sem Glúten, Contém Lactose **450g** **R\$ 42,00**

CARNE VERMELHA

- 113.** Medalhões de filé mignon ao molho de mostarda com ervilhas, arroz integral e mix de legumes. Sem Glúten, Contém Lactose **380g** **R\$ 42,30**
- 114.** Escalopes de filé mignon ao molho de cogumelos e risoto de Quinoa com legumes. Sem Glúten, Sem Lactose **380g** **R\$ 42,30**
- 115.** Carne de panela, purê de baroa e couve refogada. Sem Glúten, Sem Lactose **350g** **R\$30,20**
- 116.** Escondidinho de carne desfiada com purê de abóbora cabotiá. Sem Glúten, Sem Lactose **380g** **R\$ 28,60**





ARATICUM

COZINHA CRIATIVA

LINHA REGIONAL

- 201.** Costelinha suína no molho escuro de cerveja, polenta cremosa e feijão tropeiro **500g** **R\$ 36,10**
- 202.** Carne de panela, arroz branco, feijão preto, couve e farofa **500g** **R\$ 36,50**
- 203** Sobrecoxas assadas com vinagrete, batatas assadas, couve refogada, arroz branco e feijão preto **500g** **R\$ 32,00**
- 204.** Medalhões de filé mignon na manteiga de alho, farofa, couve refogada, arroz branco e feijão preto **500g** **R\$ 47,00**
- 205.** Bobó de camarão XG (A partir de 2 pessoas) – **Solicite o orçamento**





ARATICUM

COZINHA CRIATIVA

LINHA VEGANA

- | | | |
|-------------|--|-------------------|
| 301. | Falafel ao molho de tahine e cuscuz marroquino
Contém Glúten 500g | R\$ 39,80 |
| 302. | Mix de cogumelos com legumes agridoce, arroz basmati oriental e batatas assadas 500g | R\$ 35,-00 |
| 303 | Yakisoba de legumes e cogumelos 500g | R\$ 36,00 |
| 304. | Bifes de lentilha ao molho de tahine e cebola caramelizada e purê de abóbora cabotiá 450g | R\$ 36.10 |
| 305. | Risoto integral de cogumelos 500g | R\$ 38,00 |





ARATICUM

COZINHA CRIATIVA

CALDOS E SOPAS (500ml)

401. Creme de legumes com frango desfiado FIT **R\$ 23,00**

402. Caldo verde **R\$25,00**

403 Caldinho de feijão com calabresa **R\$ 23,00**

404. Creme de abóbora com carne seca **R\$ 25,00**

405. Canja de galinha **R\$ 25,00**





ARATICUM

COZINHA CRIATIVA

SOPAS E CREMES VEGANOS (500ml)

501. Creme de abóbora Thai R\$ 22,00

502. Caldinho de feijão branco com legumes R\$ 22,-00

503 Sopa de grão de bico com alho poró R\$ 25,00

504. Creme de legumes R\$ 20,00



 (51) 99669-2919

 RSHIS QI 23 ESTRADA DO SOL KM 7,5 S/N - JARDIM
BOTÂNICO, BRASÍLIA - DF, 71680-608, BRASIL