

EMAGRECIMENTO RÁPIDO LOW CARB 7 DIAS:

ideal para dieta de emagrecimento com baixo teor de carboidrato

Tiras de carne ao molho tártaro (150g) + espinafre refogado (100g) 236 kcal - 1 unid.
Mini hambúrguer de carne com linhaça (150g) ao molho sugo + brócolis (100g) 205 kcal - 1 unid.

Frango grelhado desfiado (125g) + brócolis (125g) - 215 kcal - 1 unid.
Frango à parmegiana fit (150g) + espinafre refogado (100g) - 228 kcal - 1 unid.

Filé de peixe com molho de alecrim (150g) + couve refogada (100g) - 224 kcal - 1 unid.
Filé de peixe com crosta de linhaça (150g) + brócolis (100g) - 226 kcal - 1 unid.

Fricassê de frango light (150g) + brócolis (100g) - 215 kcal - 1 unid.
Strogonoff de carne com biomassa (125g) + arroz integral (125g) - 224 kcal - 1 unid.

Frango em tiras com molho apimentado (150g) + mix de legumes (100g) - 223,2 kcal - 1 unid.
Frango grelhado com creme de milho (150g) + mix de legumes (100g) - 224 kcal - 1 unid.

Frango à parmegiana fit (150g) + cubos de cenoura regados com azeite e chia (100g) - 238 kcal - 1 unid.
Panqueca funcional de massa de aveia recheada com frango e creme de milho ao molho sugo (250g) - 244 kcal, 1 unid.

Filé de peixe com molho de alecrim (150g) + cubos de cenoura regados com azeite e chia (100g) - 232,1 kcal - 1 unid.
Filé de peixe com crosta de linhaça (150g) + mix de legumes (100g) - 226 kcal - 1 unid.

MAROMBA 7 DIAS:

ideal para quem busca ganho de massa muscular

4 unidades

Frango grelhado desfiado (125g) + purê de batata doce (125g) - 230 kcal

3 unidades

Escondidinho de batata doce (100g), queijo minas (50g) e frango grelhado desfiado (100g) - 249 kcal

Seja um Franqueado!

MICRO FRANQUIA MR. FIT

- Tabela com preços diferenciados
- Descontos progressivos
- Excelente rentabilidade
- Freezer em comodato
- Micro-ondas em comodato
- Material de divulgação de apoio
- Exposição nas mídias sociais
- Agência de Marketing
- Sem taxas publicidade

Em todas as unidades da rede de franquias Mr. Fit você tem uma refeição saudável e com toda a praticidade de um fast-food. Nosso cardápio foi preparado por nutricionistas e chefs de cozinha com o objetivo de criar opções que fossem ao mesmo tempo saborosas e saudáveis.

Agora você não precisa mais abrir mão do prazer de comer para ter uma alimentação balanceada.

Por que o Mr. Fit?

O grande segredo do Mr. Fit não está apenas nas delícias que chegam à sua mesa. O nosso grande segredo está na nossa cozinha e na forma de preparar os pratos. Nós utilizamos técnicas que mantêm o sabor e os nutrientes dos alimentos. Cada ingrediente de nosso cardápio é selecionado por seu valor nutritivo e benefícios para a saúde. É saboroso. É saudável. É Mr. Fit.

Reclamações ou dúvidas: diretoria@mrfit.com.br

Seja um franqueado você também, entre em contato conosco em comercial@mrfit.com.br

Acesse: www.mrfit.com.br

  / Mr Fit Fast Food



CONGELADOS

SEJA SAUDÁVEL TODOS OS DIAS!

refeições prontas

Que tal entrar de cabeça no estilo de vida saudável? A correria do dia a dia, o preço e a logística muitas vezes atrapalham na hora de buscar uma alimentação saudável, por isso o Mr. Fit chegou com a linha de congelados, você pode levar para onde quiser e guardar em sua geladeira refeições completas para toda a semana!

Sensacional não é? É prático, é fácil, é fit.



BOX FIT CARNE

- 01 Tiras de carne ao molho tártaro (150g) + mix de legumes (100g)
222 kcal (Low Carb)
- 02 Tiras de carne ao molho tártaro (150g) + espinafre refogado (100g)
236 kcal (Low Carb)
- 03 Mini hambúrguer de carne com linhaça (150g) ao molho sugo + brócolis (100g)
205 kcal (Low Carb)

BOX FIT FRANGO

- 04 Frango grelhado com creme de milho (150g) + mix de legumes (100g)
224 kcal (Low Carb)
- 05 Frango à parmegiana fit (150g) + cubos de cenoura regados ao azeite com chia
238 kcal (Low Carb)
- 06 Frango à parmegiana fit (150g) + espinafre refogado (100g)
228 kcal (Low Carb)
- 07 Frango em tiras com molho apimentado (150g) + mix de legumes (100g)
223 kcal (Low Carb)
- 08 Frango grelhado desfiado (125g) + purê de batata doce (125g)
230 kcal (Low Carb)
- 09 Frango grelhado desfiado (125g) + brócolis (125g)
215 kcal (Low Carb)
- 10 Fricassê de frango light (150g) + brócolis (100g)
215 kcal (Low Carb)

BOX FIT PEIXE

- 11 Filé de peixe com molho de alecrim (150g) + cubos de cenoura regados ao azeite com chia (100g)
232 kcal (Low Carb)
- 12 Filé de peixe com molho de alecrim (150g) + couve refogada (100g)
224 kcal (Low Carb)
- 13 Filé de peixe com crosta de linhaça (150g) + mix de legumes (100g)
226 kcal (Low Carb)
- 14 Filé de peixe com crosta de linhaça (150g) + brócolis (100g)
226 kcal (Low Carb)
- 15 Salmão grelhado ao molho de laranja (150g) + brócolis (100g)
217 kcal (Low Carb)

BOX FIT SOJA

- 16 Mini hambúrguer de soja (150g) ao molho de laranja + mix de legumes (100g)
209 kcal (Low Carb)

BOX FIT VEGANO

- 17 Mini hambúrguer vegano (150g) ao molho de alecrim + cubos de cenoura regados com azeite e chia (100g)
201 kcal (Low Carb)

BOX FIT CARBO FUNCIONAIS

- 18 Macarrão integral fit à parisiense (250g)
239 kcal
- 19 Panqueca funcional de massa de aveia recheada com frango e creme de milho ao molho sugo (250g)
244 kcal
- 20 Strogonoff de frango com biomassa (125g) + arroz integral (125g)
220 kcal
- 21 Strogonoff de carne com biomassa (125g) + arroz integral (125g)
224 kcal
- 22 Escondidinho de batata doce, queijo minas (150g) + frango grelhado desfiado (100g)
249 kcal
- 23 Risoto funcional com queijo cremoso light e tomate seco (250g)
212 kcal
- 24 Feijoada fit (100g) + arroz integral (100g) + couve refogada (50g)
270 kcal

CALDOS FIT 300ML

Caldo de cenoura com gengibre 191 kcal	Caldo detox de chá verde 150 kcal
Sopa vegetariana 180 kcal	Caldo de ervilha 202 kcal
Canja integral 220 kcal	Caldo de abóbora 211 kcal

ADICIONAIS

19 Arroz integral	112 kcal
22 Feijão fit	91 kcal
23 Purê de abóbora	65 kcal
23 Purê de batata doce	80 kcal

SUCOS DETOX 300ML

Amigo da Pele

Laranja, beterraba e cenoura

Anti-in amatório

Morango, gengibre, água de coco e linhaça

Antienvelhecimento

Uva, gengibre e canela

Boa Digestão

Abacaxi, hortelã e linhaça

Calmaria

Maracujá, gengibre e linhaça

Super detox

Couve, kiwi, abacaxi, maçã, hortelã, clorofila, alface e água de coco

Tchau celulite

Cenoura, pepino e couve

Termogênico

Melancia, limão e água de coco

