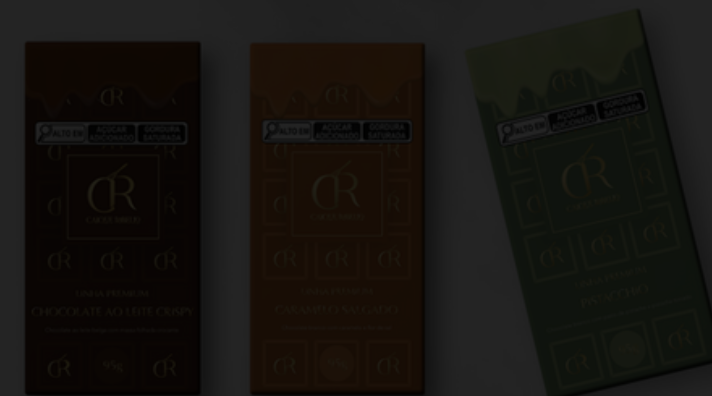
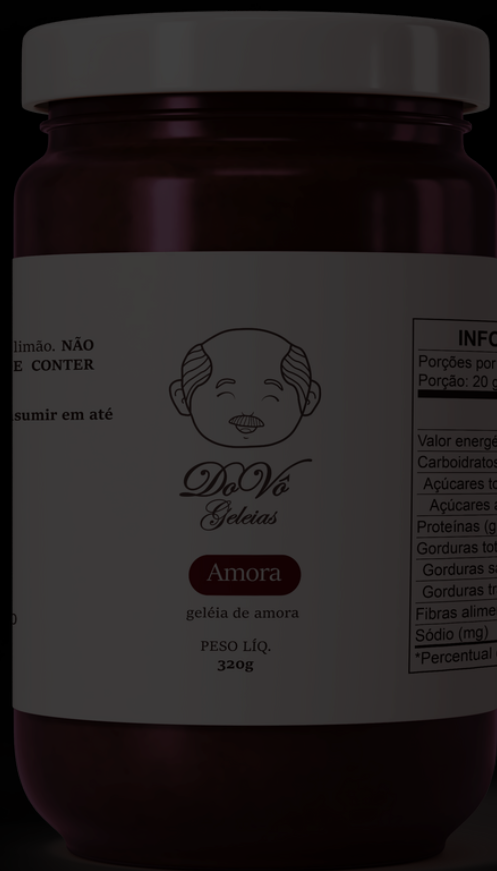


SUA ROTINA
MUITO +
PRÁTICA

para quem quer saúde
sem abrir mão do sabor.



Portifólio Lays V. Alleman



bolinho proteico 24g de ptn
150g

copo da felicidade 12g de ptn
uva / morango
120g

banoffee ice 6,7g de ptn
120g

baixo em gorduras
brigadeiro 5,4g de ptn
20g

pudim com mel
100g



Prazer,
eu sou a **Lays!**

Sou nutricionista, designer e presto consultoria para negócios de alimentos.

Atendendo de forma online e eficiente todo o Brasil, desenvolvendo rótulos, artes para sites e redes, cardápio, entre outros.

Com meus conhecimentos e vivência no mundo dos alimentos há 4 anos, contribuo para agregar valor à estes negócios em geral.





@marmitinhas.dalucuritiba

brigadeiro

5,4g de ptn

baixo em gorduras

menos de 60 kcal!

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL	
Porção: 20 g (1 unidade)	
Valor energético (kcal)	58
Carboidratos (g)	8,4
Açúcares totais (g)	7,7
Açúcares adicionados (g)	2,5
Proteínas (g)	5,4
Gorduras totais (g)	0,3
Gorduras saturadas (g)	0,9
Gorduras trans (g)	0,1
Fibras alimentares (g)	0,8
Sódio (mg)	62

- memória e concentração
- rico em antioxidantes
- aumento da energia
- melhora da libido

sobremesas

- bolinho proteico** 24g de ptn / 150g
- copo da felicidade** 12g de ptn / uva / morango / 120g
- banoffee ice** 6,7g de ptn / 120g
- brigadeiro** 5,4g de ptn / 20g
- pudding** com mel / 100g / 400g

zero adição de açúcares

baixo em gorduras

Cardápio de encomendas

doces

- Torta de morango
- Torta de limão
- Banoffee
- Cheesecakes
- E mais!

salgadas

- Torta de palmito
- Torta de frango
- Torta de atum

Encomendas com até 2 dias de antecedência

(11) 99125-1409

Antes



Depois



Antes



Depois





VAMOS JUNTOS?
espero por você!

(11) 99313-7134 | lays.nutriale@outlook.com