



CATÁLOGO DE MINI QUICHE

LOWCARB, PROTÉICA, ALTO TEOR DE FIBRA

SEM GLÚTEN E VEGANA



MINI QUICHE ABOBRINHA COM MOSTARDA DIJON



- **Base:** Farinha de castanha de caju, farinha de grão de bico, água, azeite extra virgem, farinha de linhaça e sal marinho.
- **Creme:** Tofú orgânico, abobrinha, cebola, castanha de caju, tomate grape (por cima), azeite extra virgem, mostarda Dijon, limão, sal marinho, alho e curcuma.



MINI QUICHE ALHO PORÓ E CEBOLA

- **Base:** Farinha de castanha de caju, farinha de grão de bico, água, azeite extra virgem, farinha de linhaça e sal marinho.
- **Creme:** Tofú orgânico, alho poró, cebola, castanha de caju, azeite extra virgem, limão, shoyu Daimaru, alho, sal marinho e orégano.

MINI QUICHE ESPINAFRE

- **Base:** Farinha de castanha de caju, farinha de grão de bico, água, azeite extra virgem, farinha de linhaça e sal marinho.
- **Creme:** Tofú orgânico, espinafre, cebola, castanha de caju, azeite extra virgem, missô, limão, alho e sal marinho.



MINI QUICHE PALMITO



- **Base:** Farinha de castanha de caju, farinha de grão de bico, água, azeite extra virgem, farinha de linhaça e sal marinho.
- **Creme:** Tofú orgânico, palmito pupunha fresco, cebola, castanha de caju, azeite extra virgem, missô, cebolinha, limão, alho e sal marinho.

MINI QUICHE QUEIJO COM CEBOLA



- **Base:** Farinha de castanha de caju, farinha de grão de bico, água, azeite extra virgem, farinha de linhaça e sal marinho.
- **Creme:** Tofú orgânico, cebola, castanha de caju, missô, azeite extra virgem, limão, levedura nutricional e sal.

MINI QUICHE TOMATE SECO

- **Base:** Farinha de castanha de caju, farinha de grão de bico, água, azeite extra virgem, farinha de linhaça e sal marinho.
- **Creme:** Tofú orgânico, tomate seco, cebola, manjericão, castanha de caju, azeite extra virgem, limão, alho, sal marinho e orégano.



TABELAS NUTRICIONAIS

MINI QUICHE ABOBRINHA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 160 g (1 UNIDADE)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	454 kcal =1897 kJ	23
Carboidratos	18 g	6
Proteínas	21 g	28
Gorduras Totais	19 g	35
Gorduras Saturadas	2,4 g	11
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	4,4 g	18
Sódio	465 mg	19

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

(**) Valor Diário Não Estabelecido

MINI QUICHE ALHO PORÓ

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 160 g (1 UNIDADE)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	469 kcal =1959 kJ	23
Carboidratos	19 g	6
Proteínas	21 g	29
Gorduras Totais	21 g	37
Gorduras Saturadas	2,5 g	11
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	4,7 g	19
Sódio	519 mg	22

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

(**) Valor Diário Não Estabelecido

MINI QUICHE ESPINAFRE

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 160 g (1 UNIDADE)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	452 kcal =1891 kJ	23
Carboidratos	18 g	6
Proteínas	21 g	29
Gorduras Totais	19 g	35
Gorduras Saturadas	2,3 g	10
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	5,0 g	20
Sódio	400 mg	17

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

(**) Valor Diário Não Estabelecido

MINI QUICHE PALMITO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 160 g (1 UNIDADE)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	449 kcal =1878 kJ	22
Carboidratos	18 g	6
Proteínas	21 g	28
Gorduras Totais	19 g	34
Gorduras Saturadas	2,2 g	10
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	4,8 g	19
Sódio	519 mg	22

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

(**) Valor Diário Não Estabelecido

MINI QUICHE QUEIJO COM CEBOLA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 160 g (1 UNIDADE)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	455 kcal =1903 kJ	23
Carboidratos	19 g	6
Proteínas	22 g	29
Gorduras Totais	19 g	34
Gorduras Saturadas	2,3 g	10
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	4,9 g	19
Sódio	270 mg	11

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

(**) Valor Diário Não Estabelecido

MINI QUICHE TOMATE SECO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 160 g (1 UNIDADE)

	Quantidade por Porção	%VD(*)
Valor Energético	480 kcal =2008 kJ	24
Carboidratos	21 g	7
Proteínas	22 g	29
Gorduras Totais	21 g	39
Gorduras Saturadas	2,6 g	12
Gorduras Trans	0,0 g	**
Fibra Alimentar	5,0 g	20
Sódio	460 mg	19

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

(**) Valor Diário Não Estabelecido

NOSSOS CONTATOS



Leblon: (21) 99265-3623 e São Cristóvão: (21) 99800-6192



@seeds_brazil



/seedsplantbased



www.seedsbrazil.com



Leblon: Av. Ataulfo de Paiva 1.292, loja B, Rio de Janeiro – RJ.

São Cristóvão: Rua Conde de Leopoldina 725 A, Rio de Janeiro – RJ.

PELAS PESSOAS, PELOS ANIMAIS, PELO PLANETA 