



## PREÇÁRIO DE DOCES

SEM TRIGO ★ SEM GORDURAS HIDROGENADAS ★ SEM AÇÚCARES REFINADOS ★ SEM LATICÍNIOS

### BOLOS

#### Bolo de cacau

Farinha de amêndoa; farinha de coco; cacau; ovos;  
óleo de coco; leite de coco

#### Doce pecado

Farinha de coco; chocolate 70% cacau; ovos; cacau;  
avelã; mel

#### Brownie de chocolate preto

Farinha de coco; cacau; chocolate 70% cacau; ovos;  
óleo de coco; mel

#### Delícia de cacau

Farinha de coco; farinha de araruta; óleo de coco; puré de maçã;  
ovos; cacau em pó; limão; leite de coco; açúcar de coco

#### Bolo de banana e curgete

Farinha de coco; ovos; banana; curgete; aveia

#### Bolo de banana e amêndoa (formato bolo inglês)

Farinha de amêndoa; ovos; banana; óleo de coco; tapioca; coco  
ralado; noz

#### Bolo de aniversário para bebés

Farinha de coco; banana; leite de coco; ovos; manga;  
coco ralado

#### Bolo de banana e noz

Farinha de coco; farinha de amêndoa; ovos; banana; noz;  
óleo de coco

#### Bolo de maçã e amêndoa

Farinha de amêndoa; maçã; canela; ovos; óleo de coco; mel

#### Bolo de maçã e tapioca

Farinha de tapioca; farinha de coco; maçã; leite de coco;  
ovos; óleo de coco; canela; mel

#### Bolo de laranja e amêndoa

Farinha de amêndoa; laranja; ovos; mel;  
óleo de coco

#### Bolo de coco e canela

Farinha de coco; óleo de coco; leite de coco; canela; mel, ovos

### PÃO

#### Pão de amêndoa low carb (aprox. 550g)

Farinha de amêndoa; farinha de araruta; linhaça; ovos;  
especiarias

#### Pão trigo-sarraceno e arroz integral (aprox. 650g)

Farinha de trigo sarraceno; farinha de arroz integral;  
leite de amêndoa; sementes de girassol; sementes de abóbora;  
sementes de linhaça; especiarias

#### Pão de leite vegetal (600g)

Farinha de caju; farinha de coco; ovos; leite de amêndoa;  
especiarias

### TARTES

#### Tarte de banana e amêndoa

€13,50 Farinha de amêndoa; ghee; leite de coco; banana; ovos

#### Tarte ferrero

€15,90 Avelã; leite de coco; cacau; óleo de coco;  
chocolate 70% cacau

#### Tarte de abóbora e noz

€12,90 Farinha de amêndoa; farinha de noz; óleo de coco; ovos;  
puré de abóbora; leite de amêndoa; especiarias

€15,50

### BOLACHINHAS & COOKIES

#### Bolachinhas de coco - 15 unid

€6,90 Farinha de coco; ovos; óleo de coco, sementes de girassol; mel

€7,90

#### Bolachinhas de abóbora - 15 unid

€14,50 Farinha de coco; farinha de aveia; óleo de coco;  
sementes de abóbora; doce de abóbora

€11,90

#### Bolachinhas de maçã - 15 unid

€15,50 Farinha de coco; farinha de aveia; doce de maçã;  
óleo de coco

€15,50

#### Cookies de coco e pepitas de chocolate - 6 unid

€9,90 Coco ralado; chocolate 70% cacau; ovos; açúcar de coco; óleo de coco;  
especiarias

€16,50

#### Cookies de chocolate - 6 unid

€12,50 Farinha de amêndoa; chocolate 70% cacau; ghee; açúcar de coco; ovos

€15,90

#### Cookies de amêndoa e avelã - 6 unid

€12,50 Farinha de amêndoa; farinha de coco; avelã; ovos; óleo de coco;  
sementes de linhaça; mel

€18,90

#### Bolinhos de canela - 10 unid

Farinha de amêndoa; canela; óleo de coco; açúcar de coco

### MUFFINS

#### Muffins de cacau - 10 unid

€12,90 Farinha de amêndoa; farinha de coco; cacau; ovos; óleo de coco;  
leite de coco

#### Muffins de morango - 10 unid

€16,90 Farinha de amêndoa; morangos; óleo de coco; ovos; mel

#### Muffins de banana e noz - 10 unid

€12,90 Farinha de coco; farinha de amêndoa; ovos; banana; noz; óleo de coco

### OUTROS PRODUTOS

#### Granola - 250g

€6,50 Amêndoa; noz; avelã; cacau; sementes de girassol; sementes de linhaça;  
coco ralado; mel

€14,50

#### Bombons ferrero - 10 unid

€9,90 Avelã; leite de coco; cacau em pó; óleo de coco

#### Berlindes de amêndoa e lima - 10 unid

€9,90 Amêndoa; lima; óleo de coco; coco ralado

#### Scones - 5 unid

€9,90 Farinha de amêndoa; farinha de coco; leite de coco; ovos; limão; especiarias

#### Empadas de frango - 10 unid

€15,50 Polvilho doce; farinha de amêndoa; farinha de trigo sarraceno; ovos; frango; legumes

Não indicado para celíacos.  
Os produtos incluem IVA à taxa em vigor.



encomendas@semespiga.pt



facebook/viversemespiga



instagram/semespiga



Tel. 965127910



www.semespiga.pt