



SÃO JOÃO



CONHEÇA A NOSSA FAMÍLIA DE COCO E
SAIBA COMO INCLUI-LA NO SEU SÃO JOÃO.

LEITE DE COCO



COMBINA COM RECEITAS DOCES OU SALGADAS

**SUBSTITUTO DO
LEITE DE VACA:**
Ótima opção
para intolerantes à lactose
ou veganos



**É O QUERIDINHO
DAS RECEITAS
JUNINAS:**

Bolo de tapioca

Arroz doce

Canjica

Munguzá

Cocada

Macaxeira

BENEFÍCIOS:

- Melhora o colesterol
- Fortalece o sistema imunológico
- Dá mais saciedade

ÓLEO DE COCO



UMA OPÇÃO MAIS SAUDÁVEL DO QUE O ÓLEO DE GIRASSOL

MIL E UMA UTILIDADES:

- Limpa e acalma a pele
- Hidrata o cabelo
- Não tem contraindicação



NA COZINHA, VOCÊ PODE FAZER:

- Pipoca
- Bolo de milho
- Molho para saladas
- Chips de banana, macaxeira ou batata-doce

COCO RALADO



FRESCO OU SECO, É UMA DELÍCIA!



NÃO PODE FALTAR NO SÃO JOÃO

COMBINE COM RECEITAS DE MILHO

USE SEM MODERAÇÃO
NESSAS RECEITAS:

- Cocada • Queijadinha • Bolo de milho
- Bolo de tapioca • Arroz Doce
- Mandiocada • Cuscuz de tapioca

A ÚNICA
AGLOMERAÇÃO
PERMITIDA
NESSE MÊS
DE JUNHO

