



Segredo do Prato

GASTRONOMIA SAUDÁVEL

Chef's

Fernanda Stoffel
Deduska Machado



+ 55 27 99786-0638
+55 27 99803-6900



@SEGREDODOPRATO



[HTTPS://SEGREDODOPRATO.WORDPRESS.COM](https://segredodoprato.wordpress.com)



Segredo do Prato
GASTRONOMIA SAUDÁVEL

Chef's
Fernanda Stoffel
Deduska Machado

■ SOBRE NÓS

O “Segredo do Prato” é um espaço idealizado pelas Chefs Culinharistas Deduska Machado e Fernanda Stoffel, para divulgação de serviços, artigos, dicas, eventos e tudo mais relacionado à gastronomia saudável.



Nossa missão é auxiliar pessoas que buscam uma alimentação bem elaborada, saborosa e nutritiva, pois acreditamos que a gastronomia tradicional, rica em cores, cheiros e sabores, deve proporcionar não apenas prazer e satisfação ao paladar, mas também saúde e qualidade de vida.



PERSONAL COOKING

O Personal Cooking é uma consultoria particular, realizada na casa do cliente ou em outro local apropriado, visando a melhora dos hábitos alimentares da família com receitas práticas, saborosas e, acima de tudo, saudáveis. Nessa modalidade, o aluno será auxiliado a preparar e planejar suas refeições diárias.



PERSONAL COOKING

- Workshop
- Cardápio elaborado
- Planejamento semanal de refeição
- Refeição adaptada
Conforme Orientação Médica
- Curso para Iniciação de Dieta Paleo/Low Carb
- Eventos
- Confraternizações

Segredo do Prato
Gastronomia Saudável

O treinamento será dirigido ao cliente ou seu funcionário e terá a duração de 4 horas, contendo 4 receitas previamente selecionadas, conforme a preferência do consumidor.



PERSONAL COOKING



COMO FUNCIONA?

- Iremos em sua casa e produziremos sua comida da semana, e/ou uma confraternização especial.
- Mandaremos uma lista dos ingredientes para facilitar sua compra.
- Dicas de onde comprar
- Seguimos a dieta de um responsável alimentar



O QUE FAZEMOS?

- Comida saudável
- Dietas: reeducação alimentar, low carb, paleolítica, funcional, veganas, fitness
- Comida semanal congelada Pães e Bolos (lanches)
- Temperos bases
- Confit para petiscos Dicas e técnicas culinárias para a responsável pela cozinha.
- Receitas impressas das preparações.
- Almoço/Jantar /confraternizações elaboradas.
- Entradas, pratos principais e sobremesa.
- Finger food



PERSONAL COOKING



INVESTIMENTO

- R\$ 350,00 por aula/preparação ou
- R\$ 300,00 no pacote com 4 aulas/preparação.
- Para confraternizações em geral valor a combinar.



OBSERVAÇÃO

- Os ingredientes e os potes de armazenamentos serão comprados pela cliente.
- Caso o cliente prefira que compremos os ingredientes, cobramos uma taxa de 30,00 (trinta reais) por compra.
- No caso de confraternizações os empratamos fica por conta do cliente.
- Estamos aqui para tornar sua alimentação além de mais saudável mais gostosa e para isso contamos com sua cozinha preparada para nos receber.
- Sua cozinha deve estar arrumada e sem loucas (assim começaremos logo o trabalho).
- Deixe somente na bancada os ingredientes pedidos na lista de compras (desta forma teremos mais espaço para apoiarmos o pré-preparo dos pratos).
- Compre tudo o que foi pedido, assim facilitara o armazenamento dos ingredientes (caso não tenha, lembre-se de avisar para que possamos providenciar).
- Temos um tempo de no máximo 4 horas com você (aproveite esse tempo precioso escutando e aprendendo as dicas).