

bio<sup>2</sup>  
LAB



cannondale



# PROTEIN & PERFORMANCE

| VOCÊ SABE O QUANTO DE PROTEÍNAS E FIBRAS VOCÊ PRECISA POR DIA? |                       |       |
|----------------------------------------------------------------|-----------------------|-------|
|                                                                |                       | %VD*  |
| Valor energético                                               | 2.000 <sub>kcal</sub> | 100 % |
| Carboidratos                                                   | 300 g                 | 100 % |
| Açúcares totais                                                | 5,3 g                 | 100 % |
| Açúcares adicionados                                           | 50 g                  | 100 % |
| Proteínas                                                      | 50 g                  | 100 % |
| Gorduras totais                                                | 65 g                  | 100 % |
| Gorduras saturadas                                             | 20 g                  | 100 % |
| Gorduras trans                                                 | 2 g                   | 100 % |
| Fibras alimentares                                             | 25 g                  | 100 % |
| Sódio                                                          | 2.000 <sub>mg</sub>   | 100 % |
| QUANTIDADE DIÁRIA RECOMENDADA                                  |                       |       |

\*A Tabela acima descreve a quantidade dos Valores Diários de Referência para uma dieta de 2000 kcal.

Consulte um médico ou nutricionista para orientações personalizadas conforme suas necessidades individuais.

A proteína é essencial para a recuperação e manutenção muscular e performance esportiva. Mas não basta apenas consumir proteína — sua origem, composição e a quantidade ingerida são fundamentais para garantir melhores resultados.

Por isso, faça escolhas conscientes!

Ao optar por biO2 Protein, você garante proteínas vegetais limpas, sem aditivos artificiais que possam comprometer sua saúde e performance, garante a ingestão diária de proteínas e todos os aminoácidos essenciais e ainda ajuda a salvar o planeta, economizando recursos naturais.



Acesse o QR CODE e entenda mais sobre proteínas, fibras e performance



## PROTEIN SHAKES

|                                                                                                                  |              |                   |                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|
| <b>biO2 Protein Shake Baunilha</b> / 400 ml .....                                                                | <b>34,00</b> | <b>34g</b><br>PTN | <b>68%</b><br>VD |
| biO2 Protein Baunilha, pasta de amendoim e açúcar demerara orgânico.                                             |              |                   |                  |
| • Com calda de caramelo e farofa proteica.                                                                       |              |                   |                  |
| <b>biO2 Protein Shake Frutas vermelhas</b> / 400 ml .....                                                        | <b>34,00</b> | <b>30g</b><br>PTN | <b>60%</b><br>VD |
| biO2 Protein Baunilha, banana, frutas vermelhas, açúcar demerara orgânico e biO2 Energy Shot.                    |              |                   |                  |
| • Com calda de chocolate e farofa proteica.                                                                      |              |                   |                  |
| <b>biO2 Protein Shake Manga e Maracujá</b> / 400 ml .....                                                        | <b>34,00</b> | <b>30g</b><br>PTN | <b>60%</b><br>VD |
| biO2 Protein Baunilha, manga, maracujá, chia e açúcar demerara orgânico.                                         |              |                   |                  |
| • Com calda de chocolate e farofa proteica.                                                                      |              |                   |                  |
| <b>biO2 Protein Shake Alfarroba</b> / 400 ml .....                                                               | <b>34,00</b> | <b>35g</b><br>PTN | <b>70%</b><br>VD |
| biO2 Protein Alfarroba, pasta de amendoim, chia, açúcar demerara orgânico e café orgânico.                       |              |                   |                  |
| • Com calda de chocolate e farofa proteica.                                                                      |              |                   |                  |
| <b>biO2 Protein Shake Cacau e Maca</b> / 400 ml .....                                                            | <b>34,00</b> | <b>34g</b><br>PTN | <b>68%</b><br>VD |
| biO2 Protein Cacau e Maca, pasta amendoim, chia, açúcar demerara orgânico, cacau em pó e canela.                 |              |                   |                  |
| • Com calda de chocolate e farofa proteica.                                                                      |              |                   |                  |
| <b>biO2 Protein Shake Açaí e Banana</b> / 400 ml .....                                                           | <b>34,00</b> | <b>31g</b><br>PTN | <b>62%</b><br>VD |
| biO2 Protein Açaí e Banana, açaí puro, banana, chia e açúcar demerara orgânico.                                  |              |                   |                  |
| • Com calda de caramelo e farofa proteica.                                                                       |              |                   |                  |
| >> <b>adicione Creatina R\$ 3,00</b> <<                                                                          |              |                   |                  |
| <b>Restrição de açúcar? Por favor, solicite ao atendente para excluir da receita antes do preparo. Obrigado.</b> |              |                   |                  |

## PROTEIN MILKSHAKES

|                                                                                                        |              |                   |                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|
| <b>Protein Milkshake Morango</b> / 400 ml .....                                                        | <b>36,00</b> | <b>18g</b><br>PTN | <b>36%</b><br>VD |
| biO2 Protein Sorvete Baunilha, leite vegetal, pasta de amendoim, calda de morango e farofa proteica.   |              |                   |                  |
| <b>Protein Milkshake Chocolate</b> / 400 ml .....                                                      | <b>36,00</b> | <b>18g</b><br>PTN | <b>36%</b><br>VD |
| biO2 Protein Sorvete Baunilha, leite vegetal, pasta de amendoim, calda de chocolate e farofa proteica. |              |                   |                  |
| <b>Protein Milkshake Caramelo</b> / 400 ml.....                                                        | <b>36,00</b> | <b>18g</b><br>PTN | <b>36%</b><br>VD |
| biO2 Protein Sorvete Baunilha, leite vegetal, pasta de amendoim, calda de caramelo e farofa proteica.  |              |                   |                  |

## SORVETES PROTEIN

|                                                                        |              |                  |                  |
|------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|------------------|
| <b>Sorvete Protein Morango</b> / 100 ml .....                          | <b>18,00</b> | <b>8g</b><br>PTN | <b>16%</b><br>VD |
| biO2 Sorvete Protein Baunilha com calda de morango e farofa proteica   |              |                  |                  |
| <b>Sorvete Protein Caramelo</b> / 100 ml .....                         | <b>18,00</b> | <b>8g</b><br>PTN | <b>16%</b><br>VD |
| biO2 Sorvete Protein Baunilha com calda de caramelo e farofa proteica  |              |                  |                  |
| <b>Sorvete Protein Chocolate</b> / 100 ml .....                        | <b>18,00</b> | <b>8g</b><br>PTN | <b>16%</b><br>VD |
| biO2 Sorvete Protein Baunilha com calda de chocolate e farofa proteica |              |                  |                  |

Todos os produtos do cardápio são de origem vegetal, preferencialmente orgânicos e locais.

# PROTEIN BOWLS

**Protein Green Bowl** .....42,00

biO2 Protein Baunilha, banana, couve, espirulina, limão orgânico, melado de cana orgânico, gengibre e canela.  
•Com biO2 Protein + Fibras cereal e farofa proteica.

28g PTN 56% VD

**Protein Açaí Bowl** .....42,00

biO2 Protein Açaí e banana, açaí puro orgânico, frutas vermelhas, pasta de amendoim e melado de cana orgânico.  
•Com biO2 Protein + Fibras cereal e farofa proteica.

31g PTN 62% VD

# PROTEIN BROWNIE

Protein Brownie (chocolate c/ banana e biO2 pasta de amendoim)..... 24,00

7g PTN 14% VD



# SALGADOS / LANCHES

Cinnamon Roll ..... 9,00

Pão de queijo .....14,00

Empada .....22,00

Quibe .....22,00

Pão de batata recheado c/ requeijão .....22,00

Croissant .....22,00

Croissant (Recheado).....28,00

Tostex (Queijo ou peito de peru com queijo) .....28,00

# CAFÉS ORGÂNICOS

Espresso..... 14,00

Espresso Duplo .....26,00

Iced Coffe .....28,00

>> adicione leite vegetal R\$ 4,00 <<

# BEBIDAS biO2

**biO2 Hydro** ..... 14,00

Chá mate orgânico, água de coco, limão orgânico da Floresta biO2

## biO2 Energy Shots

biO2 Energy Shot (Com água) ..... 14,00

biO2 Energy Shot (Com suco de uva orgânico)..... 16,00

## biO2 Matchá

biO2 Matchá com limão orgânico da Floresta biO2 .....14,00

biO2 Matchá Latte c/ calda de caramelo .....18,00

# SUCOS ORGANOVITA

Sabores variados 300 ml ..... 22,00

Todos os produtos do cardápio são de origem vegetal, preferencialmente orgânicos e locais.

# BEBIDAS

## Águas

|                                    |      |
|------------------------------------|------|
| Mamba water / 350 ml .....         | 9,00 |
| Mamba water com gás / 350 ml ..... | 9,00 |

## Cerveja

|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| Heineken 0,0 / 355 ml ..... | 16,00 |
|-----------------------------|-------|



***YOU ARE SAVING THE PLANET***

Suas escolhas mudam o planeta! Ao escolher o biO2 LAB e produtos de origem vegetal, você economiza 99% dos recursos naturais - como água, solo e ar - e garante o melhor para sua saúde e o meio ambiente. Fazer parte dessa transformação é mais fácil e gostoso do que você imagina!

Acesse o QR CODE e  
entenda mais sobre como  
estamos salvando o planeta

