



menu desenvolvido
por Giovanna Vasto



Nossos produtos
são feitos à mão.

não contém glúten,
não contém lactose,
e nem conservantes.

Gio Vasto

+55 11 98777 7272

gio@iaht.com.br

@its_a_healthything

www.iaht.com.br

CHUNKY COOKIE
AMENDOIM

R\$ 20,00
5 uni.

R\$ 37,00
10 uni.

amendoim
açúcar de coco
farinha de coco
óleo de coco
chocolate *sem lactose e
adoçado com açúcar de coco*
ovo

CHUNKY COOKIE
AMÊNDOAS

R\$ 25,00
5 uni.

R\$ 45,00
10 uni.

amêndoas
açúcar de coco
farinha de coco
óleo de coco
chocolate *sem lactose e adoçado
com açúcar de coco*
ovo

GRANOLA
SEM GLÚTEN

R\$ 35,00
150g

aveia
canela
mel
amêndoas
óleo de coco
goji berries
semente de girassol
semente de abobora

MINI BOLO
DE CENOURA
COM GANACHE
DE CHOCOLATE

R\$ 15,00
1 uni.

cenoura
óleo de coco
ovo
açúcar de demerara
farinha de arroz integral
farinha de amêndoas
fermento em pó
chocolate belga 55%
leite de coco



PASTA DE
AMENDOIM
COM SAL DO HIMALAIA

R\$ 18,00
200g

amendoim
sal do himalaia

BROWNIE
TRADICIONAL

R\$ 45,00
6 uni.
cx. presente
6 uni. R\$60,00

óleo de coco
chocolate belga 55%
cacaú em pó 100%
açúcar de coco
açúcar demerara
farinha de amêndoas
farinha de arroz integral
ovo

R\$ 80,00
12 uni.
cx. presente
12 uni. R\$95,00

BROWNIE
DARK

R\$ 45,00
6 uni.
cx. presente
6 uni. R\$60,00

óleo de coco
açúcar de coco
chocolate belga 70%
cacaú em pó 100%
açúcar demerara
farinha de amêndoas
farinha de arroz integral
ovo

R\$ 80,00
12 uni.
cx. presente
12 uni. R\$95,00

BROWNIE
SEM AÇÚCAR

R\$ 60,00
6 uni.
cx. presente
6 uni. R\$75,00

óleo de coco
cacaú em pó 100%
chocolate belga *sem
açúcar*
xylitol
farinha de amêndoas
farinha de arroz integral
ovo

R\$ 90,00
12 uni.
cx. presente
12 uni. R\$105,00



Nossos produtos
são feitos à mão.

não contém glúten,
não contém lactose,
e nem conservantes.

Gio Vasto

+55 11 98777 7272

gio@iaht.com.br

@its_a_healthything

www.iaht.com.br

TRUFA DE BRIGADEIRO

R\$ 25,00

4 uni.

cx. presente

9 uni. R\$70,00

leite condensado *sem*
lactose e sem açúcar
chocolate belga 70%

contém caseína

TRUFA DE DOCE
DE LEITE

R\$ 25,00

4 uni.

cx. presente

9 uni. R\$70,00

leite condensado *sem*
lactose e sem açúcar
chocolate belga 70%

contém caseína

TRUFA DE PISTACHE

R\$ 30,00

4 uni.

cx. presente

9 uni. R\$80,00

leite condensado *sem*
lactose e sem açúcar
pistache
chocolate belga 70%

contém caseína



ENERGY BALLS
CACAU

R\$ 20,00

4 uni.

cx. presente

9 uni. R\$60,00

tâmaras
cacau 100%
amêndoas
nibs de cacau



ENERGY BALLS
COCO

R\$ 20,00

4 uni.

cx. presente

9 uni. R\$60,00

tâmaras
coco
castanha de caju

ENERGY TRUFFLES
ENERGY BALLS COBERTAS COM
CHOCOLATE 70%

R\$ 25,00

4 uni.

tâmaras
cacau 100%
amêndoas
chocolate *belga* 70%
nibs de cacau



Nossos produtos
são feitos à mão.

não contém glúten,
não contém lactose,
e nem conservantes.

Gio Vasto

+55 11 98777 7272

gio@iaht.com.br

@its_a_healthything

www.iaht.com.br



BROWNIE CAKE
TRADICIONAL OU DARK

1 KG

GANACHE DE CHOCOLATE

R\$ 140,00

CREME DE CHOCOLATE
COM AVELÃ

R\$ 150,00

*DOCE DE LEITE

R\$ 140,00

*BRIGADEIRO

R\$ 140,00

*CONTÉM CASEÍNA

COOKIE CAKE

1 KG

GANACHE DE CHOCOLATE

R\$ 140,00

CREME DE CHOCOLATE
COM AVELÃ

R\$ 150,00

*DOCE DE LEITE

R\$ 140,00

*BRIGADEIRO

R\$ 140,00

*CONTÉM CASEÍNA

BOLO DE CENOURA

1 KG

GANACHE DE CHOCOLATE

R\$ 95,00

*BRIGADEIRO

R\$ 105,00

*CONTÉM CASEÍNA



TORTA DE MORANGO
SEM AÇÚCAR

1 KG

R\$ 170,00

BASE DE CASTANHAS
E TÂMARAS

CREME DE COCO COM BAUNILHA
ADOÇADO
COM XYLITOL OU *BRIGADEIRO DE
BAUNILHA

MORANGOS

*CONTÉM CASEÍNA



Nossos produtos
são feitos à mão.

não contém glúten,
não contém lactose,
e nem conservantes.

Gio Vasto

+55 11 98777 7272

gio@iaht.com.br

@its_a_healthything

www.iaht.com.br

CESTA CAFÉ DA MANHÃ

R\$ 160,00

ESCOLHER 1 BEBIDA

ÁGUA DE COCO
SUCO DE LARANJA
SUCO VERDE

ESCOLHER 5 ITENS

SALADA DE FRUTAS

PUDIM DE CHIA
CHIA, LEITE DE CASTANHAS,
MEL, CANELA

GRANOLA

PASTA DE AMENDOIM
COM SAL DO HIMALAIA

GELÉIA DE MORANGO

PÃO MULTIGRÃOS

TORRADINHA DE TAPIOCA

COOKIES

MINI BOLO DE CENOURA

BROWNIE

ENERGY BALLS
CACAU OU COCONUT

ENERGY TRUFFLES

WAFFLE

CESTA SNACKS

CESTA PEQUENA
+ FLORES

R\$ 35,00

CESTA GRANDE
+ FLORES

R\$ 45,00

+ OS SNACKS QUE
VOCÊ ESCOLHER:

ENERGY BALLS

R\$ 20,00
4 uni.

ENERGY TRUFFLES
ENERGY BALLS COBERTAS COM
CHOCOLATE 70%

R\$ 25,00
4 uni.

PASTA DE
AMENDOIM
COM SAL DO HIMALAIA

R\$ 18,00
200g

GRANOLA
SEM GLÚTEN

R\$ 35,00
150g

MINI BOLO
DE CENOURA
COM GANACHE
DE CHOCOLATE

R\$ 15,00
100g



CHUNKY COOKIE
AMÊNDOAS

R\$ 25,00
5 uni.
R\$ 45,00
10 uni.

CHUNKY COOKIE
AMENDOIM

R\$ 20,00
5 uni.
R\$ 37,00
10 uni.

BROWNIE
DARK

R\$ 45,00
6 uni.
R\$ 80,00
12 uni.

BROWNIE TRADICIONAL

R\$ 45,00
6 uni.
R\$ 80,00
12 uni.

BROWNIE
SEM AÇÚCAR

R\$60,00
6 uni.
R\$ 90,00
12 uni.



It's a Healthy Thing.

Nós amamos doces. Amamos chocolate.
E suas combinações com frutas e castanhas.

A sobremesa é nosso prato preferido.
Os aromas que captam nossa atenção,
as cores e formas que nos fazem salivar,
as variadas texturas da primeira mordida
e o sabor que nos preenche de prazer,
fazendo tudo valer a pena.

Na It's a Healthy Thing os doces são
ao mesmo tempo, deliciosos e saudáveis.
Despertam os sentidos, satisfazem
o desejo e não prejudicam a saúde.

Cookies, brownies e energy balls feitos
carinho, cada ingrediente escolhido
com atenção, cada receita elaborada
nos mínimos detalhes. Feitos um a um.
Respeitando os ingredientes e os desejos
de cada uma das nossas clientes.

Permita-se descobrir esse mundo. Onde se
entregar aos doces magníficos e manter
uma vida saudável é uma realidade.

