

CORRIDA DO TEJO KIDS

~ DIPLOMA ~ ATUM DE CORRIDA

A BOM PETISCO DECLARA
QUE O/A ATLETA



TERMINOU COM SUCESSO E ALEGRIA
A CORRIDA DO TEJO KIDS 2026!



PIZZA DE ATUM BOM PETISCO



DESCOBRE ESTA
E OUTRAS RECEITAS



**COM BOM PETISCO AO TEU LADO, COMER BEM
É SIMPLES, RÁPIDO E SABOROSO.**



CONCENTRAÇÃO, ENERGIA E BEM-ESTAR: O atum é uma fonte natural de ácidos gordos ômega-3, essencial para o bom funcionamento do cérebro e do coração.



FORÇA PARA O DIA A DIA: O atum em conserva oferece benefícios nutricionais semelhantes ao atum fresco, sendo uma boa fonte de proteína, vitaminas (como A, B12, D) e minerais (como selênio e ferro), que contribuem para a saúde cardiovascular, cognitiva e óssea.



RÁPIDO, PRÁTICO E DELICIOSO: Sanduíche, wraps, saladas, massas... O atum adapta-se a qualquer refeição. É a escolha inteligente de quem quer comer bem sem complicar!



ALIADO DOS DESPORTISTAS: Contribui para a recuperação muscular e reforça o sistema imunitário. O atum é o parceiro certo para atletas.

ALIMENTA-TE BEM, VIVE MELHOR – COM BOM PETISCO AO TEU LADO!