

REVISTA



assai.com.br

#59

2023

ASSAÍ

Bons Negócios

ANIVERSÁRIO 49 ANOS



FESTA EM DOBRO

DOBRO

2

GANHADORES DE R\$ 1 MILHÃO*

base de ingresso

2

CASAS*

2 ANOS DE COMPRAS GRÁTIS**

2 MESES

CONCORRENDO A PREMÍOS INSTANTÂNEOS DE R\$ 100

TODOS OS DIAS



PREMÍOS EM DOBRO

Promoção válida de 01/09/2023 a 31/10/2023. ** Prêmios entregues em Cartão de Crédito. *** Entregues com crédito no App Meu Assaí. Consulte condições de participação, regulamentos e Cartão de Autorização no site www.assai.com.br. Imagens meramente ilustrativas.

MULHER EMPREENDEDORA: Conheça a Rainha da Sambiquira, que vende 500 espetinhos por dia

ASSAÍ BONS NEGÓCIOS #59 ANIVERSÁRIO ASSAÍ SET/OUT 2023



Comer
junto
tem
Sabor
de Perdigão





DÚVIDAS E SUGESTÕES

clientes@assai.com.br

Com apenas um clique, é possível acessar todo o conteúdo da Revista Assaí Bons Negócios no site: assai.com.br/revistas



Baixe o app e fique de olho nas ofertas para abastecer o seu negócio



SIGA O ASSAÍ ATACADISTA NAS REDES SOCIAIS

- [assaiatacadistaoficial](#)
- [@assaiatacadistaoficial](#)
- [assaioficial](#)
- [assaioficial](#)
- [Assaí Atacadista](#)

TRABALHE CONOSCO
assai.gupy.io

EXPEDIENTE

Conselho editorial Assaí

Presidente do Assaí Belmiro Gomes **Vice-Presidente** Wlamiir dos Anjos **Diretora de Marketing e Gestão de Clientes** Marly Yamamoto Lopes

Revista publicada por Megamídia Group

CEO Celso A. Hey **Head de Projetos Digitais** Fernanda Zaruch **Coordenador de Projeto** Lucas Cintra **Revista Assaí Bons Negócios - Coordenação e edição** Manoela Leão **Diagramação** Suellen Winter **Colaboradores da Edição** Bruna Cruz e Vania Nocchi **Foto capa** Divulgação Assaí **Revisão** Rodrigo Castelo **Atendimento Publicitário** Paula Pirog e Antonella Cespedes

Dúvidas e Sugestões redacao@megamidia.com.br - Av. Iguaçu, 2.820, 14º andar - sala 1401 - Água Verde, Curitiba/PR - Tel: (41) 2106-8500 - megamidia.com.br
Impressão Maistype - Distribuição Dirigida - Venda Proibida

Comemore CONOSCO!



A revista **Assaí Bons Negócios** acaba de sair para que você, empreendedor(a) do setor de alimentação, tenha acesso às melhores informações e ferramentas para aprimorar o seu negócio. Um dos assuntos centrais desta edição é a necessidade de uma boa gestão de estoque, o que ajuda a evitar desperdícios e permite melhorar o controle de custos.

Trazemos ainda histórias de estabelecimentos que se destacam em suas regiões. Para começar, o restaurante Panela Velha, localizado no centro histórico de Natal (RN): comida caseira e com preço baixo é o segredo de mais de 60 anos de sucesso. A pizzaria Guerrier, em João Pessoa (PB), é outro exemplo sobre como uma boa administração ajuda a oferecer produtos de qualidade a um excelente preço.

Como dica a quem pretende entrar ou já empreende no delicioso mundo da confeitaria, contamos mais sobre um produto que vem fazendo sucesso por entregar memória afetiva e muito sabor: o brigadeiro de tacho. O doce é servido em festas e eventos de uma forma que lembra nossa casa – na colher. Já a editoria Como Funciona ensina tudo que você precisa saber para abrir uma casa especializada em sucos naturais.

Também falamos aqui sobre finanças. A taxa de juros, por exemplo, impacta diretamente o gerenciamento das micro e pequenas empresas. Por isso, conversamos com especialistas para trazer dicas de como você pode gerenciar o seu negócio em cenários econômicos adversos. O fluxo de caixa é mais um tema pertinente que faz parte desta publicação. Você sabe como fazer e para que serve? Acompanhe na editoria Assaí Responde e descubra.

Todo esse conteúdo é coroado pelo aniversário de 49 anos do Assaí. Temos orgulho de comemorar mais um ano ao lado de quem move a economia do nosso país: você, empreendedor(a). Como sempre, nossa festa, desta vez estrelada pela atriz Regina Casé, vai dar milhões em prêmios. Isso porque nós, do Assaí, acreditamos no poder do empreendedorismo e queremos ajudar você a realizar seus sonhos!

Sinta-se convidado(a) para a nossa comemoração de aniversário. Afinal, essa história só é possível graças à confiança que você deposita todos os dias em nossas lojas.

Boa leitura!

Belmiro Gomes
Presidente do Assaí Atacadista



Sumário

08 ASSAÍ NA INTERNET

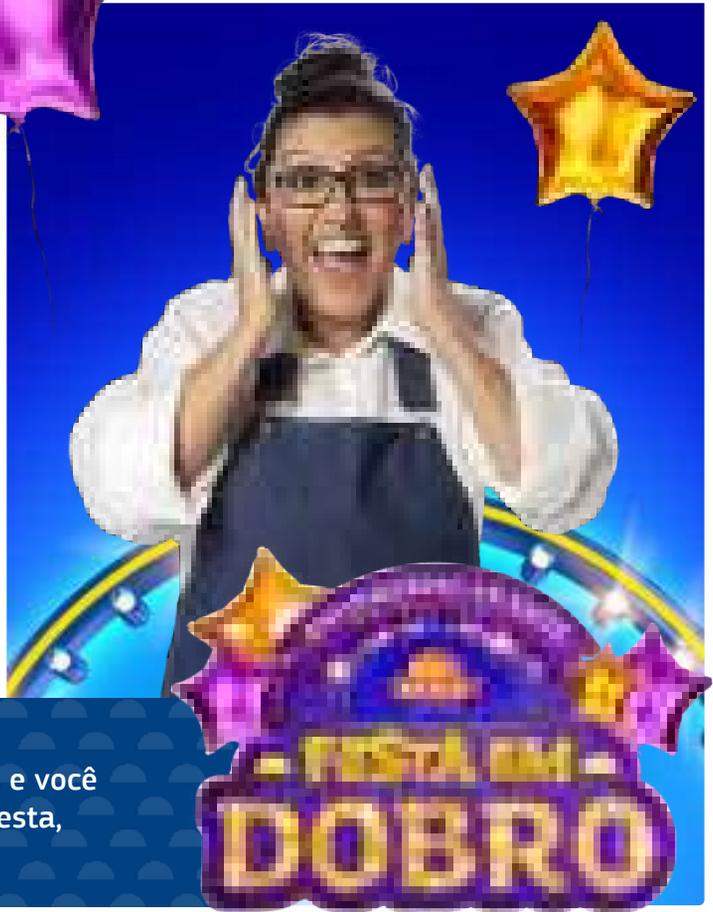
Destaques e posts mais acessados das redes Assaí.

16 ESPECIAL

Fundamental para os negócios de alimentação, a gestão de estoque evita desperdícios e ajuda no controle dos gastos.

20 MEU NEGÓCIO, MINHA HISTÓRIA

O restaurante Panela Velha, de Natal(RN), tem mais de 60 anos de história e oferece comida caseira a preço baixo no Beco da Lama.



10 ESPECIAL ANIVERSÁRIO ASSAÍ

O Assaí está comemorando 49 anos e você é nosso convidado especial para a festa, estrelada por Regina Casé.



22 BRASIL AFORA

O arroz é um dos alimentos queridinhos do povo brasileiro e é encontrado em receitas deliciosas por todas as regiões do país.

28 COMO FUNCIONA

A operação de uma casa especializada em sucos naturais é relativamente simples e o negócio tem tudo a ver com o nosso clima.

36 RADAR

As altas taxas de juros impactam diretamente os pequenos negócios. O que fazer para não prejudicar as finanças?

32 VIAGEM GASTRONÔMICA

Além do prato conhecido como *fish and chips*, a cozinha da Inglaterra mescla a cultura local com o que há de mais moderno.



RICH'S[®]

CeSiBon[™]

Se é bom, é...

CeSiBon!

**CHANTILLYS E
CREME CULINÁRIO
PARA SUAS RECEITAS!**

Produtos para inspirar e criar
receitas incríveis!

RICH'S[®]

Desenvolvido pela empresa
líder mundial em chantilly.



**QUER RECEITAS
PERFEITAS?**
Escaneie o QR Code
e descubra CeSiBon!

 richs.com.br

 [/richdobrasil](https://www.facebook.com/richdobrasil)

 [/richdobrasil](https://www.youtube.com/richdobrasil)

Sumário

42

MEU ASSAÍ

A Pizzaria Guerrier, que fica em João Pessoa (PB), começou por causa da pandemia e hoje vende 750 pizzas por semana.



46 PALAVRA DE ESPECIALISTA

Manter os funcionários motivados e felizes é uma das chaves para o sucesso do negócio. Confira as dicas do especialista!

48 TEM POTENCIAL

Seja em eventos ou pontos fixos, o brigadeiro de tacho traz memória afetiva e é fácil de preparar e servir.

52 ASSAÍ RESPONDE

O fluxo de caixa permite controlar as finanças para planejar investimentos, reduzir custos e tomar decisões estratégicas.

56 ACADEMIA ASSAÍ

Confira as ações da Academia Assaí para comemorar o mês do empreendedor com conhecimento e novas habilidades.

62

MULHER EMPREENDEDORA

Conheça a Rainha da Sambilqueira: ela vende 500 espetinhos por dia e tem na clientela até chefs e celebridades.

68 SUSTENTABILIDADE

Incentivar o consumo sem excessos ou desperdícios e com consciência é o objetivo do Instituto Akatu.

74 CAPACITAÇÃO E ATUALIDADES

Aprenda dicas que vão ajudar você no seu negócio, como cursos gratuitos e novidades para empreendedores.

76 NOSSAS LOJAS

Confira todas as lojas Assaí pelo Brasil. Ache a mais próxima e aproveite as novidades e as promoções.



Novo

hanuta

ESPECIALMENTE
DELICIOSA

**Wafer
Crocante**



**Creme de Avelã
com Cacau**



Pedaços de Avelã

+ informação

Confira os posts mais acessados no blog do Assaí e no portal da Academia Assaí!



Blog Assaí
assaí.com.br/blog



Portal da Academia Assaí
academiaassaí.com.br

ACADEMIA ASSAÍ BONS NEGÓCIOS CURSO GRATUITO SOBRE GESTÃO DE RESTAURANTES

O curso "Restaurantes", disponível na Academia Assaí, funciona como um verdadeiro guia para quem quer aprender tudo que é necessário para gerenciar um estabelecimento alimentício. Destinado a empreendedores que já têm restaurante e aos que pretendem começar um negócio próprio, o curso tem oito aulas e aborda desde a contratação de funcionários até a elaboração de um cardápio atrativo e rentável. Também tem aula sobre as normas da vigilância sanitária, como operar de forma mais eficiente e como formalizar o negócio para ter mais segurança e credibilidade. O curso é gratuito e *on-line*.

 **CONFIRA EM**
academiaassaí.com.br/node/2303



BLOG ASSAÍ COMO CALCULAR A QUANTIDADE DE BEBIDA E COMIDA PARA FESTAS E EVENTOS

Na hora de organizar um evento, uma dúvida muito comum é: como calcular a quantidade de comida e bebida por convidado? Para garantir uma festa perfeita, o ideal é não faltar nada. Mas também é preciso evitar o desperdício de coisas que não foram consumidas. Na matéria publicada pelo Blog Assaí, você confere como fazer o cálculo para uma reunião de cerca de quatro horas de duração. Além disso, o texto traz dicas importantes para você não errar na hora de organizar o seu evento.

 **CONFIRA EM**
assaí.com.br/node/10134



LEIA MAIS Acesse o site assaí.com.br e confira outros conteúdos importantes para o seu negócio!



O melhor parceiro para o seu negócio
com as marcas queridas pelos consumidores.



Confira todas as nossas soluções:
NESTLEPROFESSIONAL.COM.BR



por Vania Nocchi

FESTA EM DOBRO? TEMOS!

O Assaí comemora 49 anos de um sucesso que se deve a vocês, nossos clientes e empreendedores. Neste ano, todos os prêmios vêm em dobro!

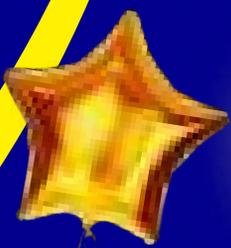


Quase meio século desde sua fundação, o Assaí Atacadista celebra o aniversário, mais uma vez, ao lado de um dos principais motores da economia brasileira: o empreendedor. São 49 anos de uma história de sucesso diretamente ligada a quem se dedica dia após dia para conquistar seus objetivos por meio de negócios no setor de alimentação. Juntos, temos muito a comemorar!

Segundo a Associação Brasileira de Bares e Restaurantes (Abrasel), existem mais de 1 milhão de empresas no setor, sendo que, do total, mais de 85% são micro. Além disso, ainda segundo a instituição, esse não é apenas um dos ramos que mais empregam no país como tem um enorme potencial na geração de oportunidades de primeiro emprego e absorção de mão de obra não especializada.

Os números representam a importância do empreendedor, a quem o Assaí valoriza por meio da realização de campanhas de aniversário que distribuem incentivos para implantação, melhorias ou crescimento dos negócios.

Promoção válida de 01.09.2023 a 31.10.2023. * Prêmios entregues em Certificado de Ouro. ** Entregues como crédito no App Meu Assaí. Consulte condições de participação, regulamentos e Certificados de Autorização no site www.aniversarioassaí.com.br. Imagens meramente ilustrativas.



2 GANHADORES DE R\$ 1 MILHÃO*

livre de impostos



PARTICIPE DA NOSSA FESTA

Neste ano, toda a premiação do aniversário do Assaí vem em dobro: 2 prêmios de um milhão (livres de impostos), 2 casas, 2 anos de compras grátis e 2 meses concorrendo a prêmios instantâneos de R\$ 100 cada.

VEJA COMO PARTICIPAR

- 1 **Cadastre-se**
no app, totem, site ou WhatsApp.
- 2 **Informe seu CPF**
ou CNPJ no caixa.
- 3 **Concorra**
A cada R\$200 em compras,
ganhe 1 número da sorte.
- + **Chance extra**
 - Faça seu cadastro pelo App Meu Assaí para a 1ª compra.
 - Pague suas compras com Cartão Passaí.
 - Compre R\$ 20 ou mais em Marcas Participantes.

Promoção válida de 01.09.2023 a 31.10.2023. * Prêmios entregues em Certificado de Ouro. ** Entregues como crédito no App Meu Assaí. Consulte condições de participação, regulamentos e Certificados de Autorização no site www.aniversarioassai.com.br. Imagens meramente ilustrativas.

CONCORRA

Na hora de passar no caixa, informe seu CPF ou CNPJ ao atendente. **MAS NÃO SE ESQUEÇA DE COMPLETAR SEU CADASTRO.** A cada R\$ 200 em compras, você ganha um número da sorte. Tem chance extra para quem se cadastrar pelo aplicativo para a primeira compra, fizer o pagamento com o Cartão Passaí (acima de R\$ 100) ou gastar R\$ 20 ou mais em produtos das marcas participantes.

■ **Dica:** É possível se cadastrar pelo WhatsApp depois de comprar – desde que informe o CPF OU CNPJ na hora da compra. Você tem até o dia 31 de outubro para fazer seu cadastro.

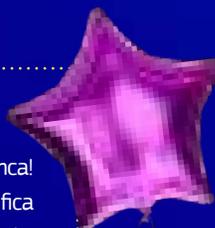
Você tem até o dia 31 de outubro para fazer seu cadastro!



É CUMULATIVO!

Na promoção de aniversário dos 49 anos do Assaí, você não perde nunca! Isso significa que, se você gastar mais de R\$ 200, o valor excedente fica acumulado para a próxima compra, que pode ser feita em qualquer loja. Em outras palavras, mesmo se você fizer compras em datas ou lojas Assaí Atacadista diferentes, o valor extra não desaparece, porque é cumulativo.

■ **Mas, atenção:** é preciso informar o CPF ou o CNPJ no caixa todas as vezes em que comprar e, para ter validade, a compra precisa ser feita dentro do prazo da promoção – até 31 de outubro de 2023. 🍌



SAIBA TUDO SOBRE A PROMOÇÃO NO SITE

ANIVERSARIOASSAI.COM.BR

Itambé Kids

JUSTICE LEAGUE

COMECE A NOSSA LINHA ITAMBÉ KIDS COM A LÍDER DA JUSTIÇA.

WONDER WOMAN

FLASH

DC

ASSAÍ

ATACADISTA

VAMOS
TEMPERAR
DE VERDADE
SAIBA MAIS



acesse um

MUNDO DE SABORES

TODOS OS DIAS



Aromas e Sabores do Inverno: Bolo Especial com Temperos Kitano

Ingredientes:

- 1 e ½ xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de uvas passas
- 1 banana prata ou nanica
- 2 maçãs pequenas
- 2 colheres (sopa) de aveia em flocos
- 1 colher (café) de **Canela em Pó Kitano**
- ½ xícara (chá) de nozes picadas
- ¼ de colher (café) de **Cravo da Índia Kitano**
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- ½ de xícara (chá) de óleo de milho
- Manteiga e farinha de trigo para untar

Modo de preparo:

- Bata no liquidificador uma banana, uma maçã, as uvas passas e o óleo.
- Pique a outra maçã.
- Transfira a massa para uma vasilha.
- Adicione a maçã, as nozes, as especiarias **Kitano**, a farinha e a aveia.
- Coloque o fermento e misture delicadamente.
- Unte uma forma de buraco com manteiga e farinha.
- Coloque a massa e asse em forno médio por cerca de 25 minutos ou até que, ao espetar um palito, ele saia limpo.



BOLO
VAI BEM COM



ANIVERSÁRIO 49 ANOS

ASSAÍ
ATACADISTA

FESTA EM DOBRO



1

Cadastre-se

no app, totem, site ou WhatsApp.

2

Informe seu CPF

ou CNPJ no caixa.

3

Concorra

A cada R\$200 em compras,
ganhe 1 número da sorte.

+

Chance extra

- Na primeira compra, fazendo o cadastro pelo App Meu Assaí.
- Pague suas compras com Cartão Passaí.
- Compre R\$20 ou mais em Marcas Participantes.

ANIVERSARIOASSAI.COM.BR



2 GANHADORES DE R\$ 1 MILHÃO*

livre de impostos



Promoção válida de 01.09.2023 a 31.10.2023

* Prêmios entregues em Certificado de Ouro.

** Entregues como crédito no App Meu Assai.

Consulte condições de participação, regulamentos e Certificados de Autorização no site www.aniversarioassai.com.br.
Imagens meramente ilustrativas.





Estoque em dia, negócios EM ORDEM!

A gestão eficiente de estoque pode ser determinante para o sucesso de um negócio

Trabalhar no ramo de alimentação traz muitos desafios, e a gestão do estoque é um dos principais pontos que podem tirar o sono de qualquer empreendedor. Manter um estoque enxuto pode ser uma saída para ter apenas o imprescindível e atender à demanda de operação evitando excessos e desperdícios.

Com a variação de preços em produtos essenciais, nem sempre a melhor opção é encher os armários nas promoções, mas sim prever a demanda e se organizar para ter apenas o necessário. De acordo com o especialista em finanças e empreendedorismo do Sebrae (MG), Bruno Ricoy, a gestão correta do estoque pode ser decisiva para a continuidade saudável do comércio.



“Um estoque saudável desempenha papel crucial em várias áreas do negócio e pode afetar significativamente o empreendedor. Implica a satisfação do cliente, o fluxo de caixa e a rentabilidade”

Bruno Ricoy, especialista em finanças e empreendedorismo do Sebrae (MG)

PEPS

(Primeiro a entrar, primeiro a sair)



Os produtos mais antigos são vendidos primeiro garantindo que serão usados antes de vencerem.

Vantagens: entrada e saída de produtos ocorrem de forma ordenada e contínua permitindo o controle dos materiais, principalmente quando estão sujeitos a mudança de qualidade e validade.

Indicações: adequado para produtos com prazo de validade, como alimentos, medicamentos ou produtos que podem se tornar obsoletos rapidamente.

UEPS

(Último a entrar, primeiro a sair)



Neste método os produtos mais recentes são vendidos primeiro.

Vantagens: pode resultar em uma avaliação de estoque mais próxima do valor de mercado.

Indicações: adequado para situações em que aumentos nos preços são frequentes. Permite também o reajuste rápido de acordo com a oscilação de preços.

CUSTO MÉDIO



Utiliza o valor médio dos produtos para determinar o custo do estoque. É calculado dividindo-se o custo total dos produtos pelo número total de unidades produzidas.

Vantagens: metodologia simples indicada para negócios que lidam com muitos produtos semelhantes, em que a diferenciação de valor não é significativa.

Indicações: útil para produtos que são adquiridos a preços variáveis, mas não é aconselhável para produtos com prazo de validade.

JUST-IN-TIME

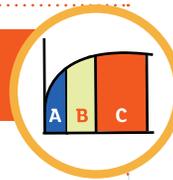


Esta abordagem busca minimizar o estoque ao receber produtos apenas quando são necessários para produção ou venda. É uma estratégia com foco na eficiência e na redução de custos de estoque.

Vantagens: reduz os custos de armazenamento, minimiza o risco de envelhecimento do material no estoque e melhora o fluxo de caixa.

Indicações: adequado para empresas com cadeias de suprimentos bem organizadas, nas quais os fornecedores podem entregar produtos rapidamente quando solicitados.

CURVA ABC



Técnica de classificação que divide os produtos em categorias com base em sua importância ou valor relativo para o negócio. A categoria A inclui os itens mais importantes em termos de valor, a categoria B tem valor moderado, e a categoria C inclui itens de menor valor.

Vantagens: permite que o foco seja dado aos produtos de maior lucratividade, auxiliando na alocação de recursos e na gestão de estoques.

Indicações: indicado para negócios com variação grande entre os produtos e seu valor agregado. >>



COMO COMEÇAR?

Só é possível controlar algo que você conhece, por isso, após definir a abordagem que irá seguir, o primeiro passo é fazer um levantamento minucioso de tudo que já existe em seu estoque. “Sem o entendimento real dos dados sobre seu estoque é impossível realizar uma gestão estratégica e eficaz dos recursos da empresa, pois sempre haverá gargalos impedindo que a empresa avance mais, e o empresário não entenderá o porquê”, explica Leonardo Pinheiro da Silva, instrutor do Curso Técnico de Logística do SENAC (TO).

ANÁLISE DE VENDAS: entenda quais são os produtos mais populares e mais pedidos. Foque naqueles que realmente são essenciais para o seu negócio e elimine aqueles com demanda muito baixa.

FORNECEDORES EFICIENTES: trabalhe com parceiros que possam entregar rapidamente e em quantidades menores, mantendo boas negociações.

ROTAÇÃO DE ESTOQUE: implemente uma ferramenta de gestão para garantir que os produtos não fiquem velhos ou estraguem, assim você não perde o valor investido na compra dos ingredientes.

MENU SAZONAL: crie um cardápio com produtos sazonais, aproveitando a disponibilidade de ingredientes mais baratos em diferentes épocas. Isso permite que você ofereça variedade sem precisar manter grandes estoques ao longo do ano.

PRODUÇÃO SOB DEMANDA: produza apenas quando houver demanda dos clientes.

MONITORAMENTO CONTÍNUO: utilize sempre uma metodologia de estoque para acompanhar as vendas e o nível de estoque atual. Isso ajudará você a tomar decisões mais assertivas sobre quando e quanto reabastecer.

*Leonardo Pinheiro da Silva,
instrutor do Curso Técnico de
Logística do SENAC (TO)*



Erros mais comuns



- 1 **SUPERESTOQUE**
Pode levar a custos desnecessários, como armazenamento, manuseio e vencimento de produtos. Também impacta o aumento da necessidade de capital de giro, pois o estoque é dinheiro parado.
- 2 **FALTA DE CONTROLE**
Pode levar a erros de contagem, roubos ou perdas, dificultando o rastreamento dos produtos, causando prejuízos para o empresário.
- 3 **NÃO ACOMPANHAR AS TENDÊNCIAS DE DEMANDA**
Ignorar as mudanças nas preferências dos clientes e as tendências de demanda pode resultar em um estoque desalinhado, com excesso de produtos menos procurados e escassez dos mais pedidos.
- 4 **DESATUALIZAÇÃO**
A falta de acompanhamentos regulares pode dificultar a identificação de problemas no estoque e a tomada de ações.
- 5 **NÃO TREINAR A EQUIPE**
Uma equipe mal treinada pode cometer erros de manuseio e controle de estoque, afetando a precisão das informações e a eficiência das operações.
- 6 **IGNORAR SAZONALIDADES**
Não considerar variações sazonais na demanda pode levar a estoques excessivos ou insuficientes, afetando negativamente as vendas.



VEJA MAIS DICAS E FAÇA O DOWNLOAD DE MATERIAIS QUE VÃO AJUDAR VOCÊ A CONTROLAR SEU ESTOQUE DE FORMA EFICIENTE

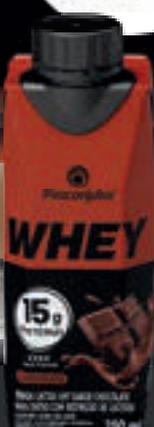


Piracanjuba®

WHEY

PRA QUEM SE MOVE

**NOVAS
EMBALAGENS
NOVOS
SABORES**



LANÇAMENTO
15g
proteínas



Tradição e PREÇO BAIXO

Restaurante localizado no centro de Natal (RN) tem mais de 60 anos de história e oferece comida de qualidade por um preço inacreditável

Quem circula pelo Beco da Lama, um dos mais tradicionais redutos culturais de Natal (RN), tem a chance de almoçar no Panela Velha, tradicional restaurante, fundado em 1962. Até aqui, a casa passou por mudanças significativas, mas continua sendo um dos estabelecimentos de comida caseira mais bem avaliados da capital potiguar.

Um dos diferenciais que mais chamam a atenção no Panela Velha é o preço. Quem não está acostumado pode pensar que é impossível servir comida de qualidade por R\$ 13,50 – esse é o valor atual do almoço *self-service* por pessoa. Funciona assim: o cliente monta seu prato com o que quiser do buffet, mais duas opções de proteína e um copo de suco. Samaia Barros de Souza, uma sócia do empreendimento, explica como é possível praticar preços tão acessíveis: “Fazemos sempre pesquisas de valores, buscando os melhores preços nos produtos. Acreditamos que um dos segredos do negócio está na hora de fazer as compras”.



CICLO DE 60 ANOS

Até 1984, o restaurante se chamava Pérola. O nome foi alterado, a propriedade também e as coisas não andavam muito bem até que, em 2005, a história do Panela Velha mudou completamente. Suedson Torres de Souza, sócio e marido de Samaia, estava em Natal quando recebeu um telefonema – era o dono do estabelecimento oferecendo o local. "O Suedson estava em busca de comprar um negócio para administrar. Comprou o restaurante, melhorou o cardápio e colocou opções mais regionais. Desde então, estamos mantendo esse ciclo de mais de 60 anos", conta Samaia.

Funciona assim: o cliente monta seu prato com o que quiser do buffet, mais duas opções de proteína e um copo de suco

BUFFET VARIADO PARA FIDELIZAR

10 funcionários, 350 refeições diárias, até 22 itens por dia, entre pratos quentes e saladas. Esses são os dados do Panela Velha atualmente. Embora pratique preços populares, o local não deixa a desejar quando o assunto é qualidade. Segundo Samaia, preço e sabor são o lema dela e do marido para tocar o negócio.

A casa abre de segunda a sábado somente para almoço e não faz entregas. Entre os itens servidos no buffet, é possível encontrar pratos típicos nordestinos e delícias regionais, além, é claro, de alimentos comuns à culinária brasileira. O bobó de camarão é o carro-chefe, mas o frango crocante não fica atrás. Destaque também para o picado de carneiro e o arroz de leite com paçoca, muito apreciados pelos clientes. A variedade do buffet é o que mantém a clientela ativa e fiel, afinal, ninguém gosta de comer a mesma coisa todos os dias.

SUCESSO NA INTERNET



A internet, o Panela Velha é ainda mais atraente. Isso porque, ao realizar uma rápida pesquisa nos sites de busca, mais de 460 usuários avaliam positivamente e indicam o restaurante. Atendimento, cardápio e ambiente são termos encontrados facilmente nas avaliações, em sua maioria com 5 estrelas.

Nas redes sociais, são cerca de 8 mil seguidores. Influenciadores de Natal costumam visitar o local para apresentar as delícias e os diferenciais, como o pudim de leite, que custa apenas R\$ 5 por fatia. A divulgação atrai ainda mais clientes e é isso que motiva, no dia a dia, o casal Samaia e Suedson. Ela complementa dizendo: "Por mais desafiador que seja, fazemos o que gostamos e prezamos o atendimento, a qualidade e a variedade. Procuramos fazer tudo com muito amor porque gostamos de ver a satisfação dos nossos clientes". ▲

RAIO X

- R\$ 13,50 por pessoa com direito às opções disponíveis no buffet, mais duas proteínas e um copo de suco
- 10 funcionários
- 350 clientes atendidos todos os dias
- 22 itens que variam diariamente
- 8 mil seguidores nas redes sociais
- Refrigerantes a partir de R\$ 2
- Pudim de leite R\$ 5



saiba mais

@panelavelhanatal





Arroz de cuxá

No Nordeste, mais especificamente no Maranhão, o arroz de cuxá é uma das receitas mais populares e tradicionais. Bem brasileiro, o prato é uma mistura de influências culinárias: portuguesa, indígena, africana e árabe. A vinagreira, usada no seu preparo, é uma planta originária da África e tem sabor ácido e levemente amargo. A receita também leva camarões secos, gergelim e pimenta-de-cheiro.

Além do ARROZ COM FEIJÃO

Um dos alimentos mais populares do Brasil, o arroz é nutritivo e versátil e ganha sabores e ingredientes típicos em cada região do país

Arroz com feijão é uma combinação que todo brasileiro conhece. Mas o arroz é um alimento versátil e, por isso, não é só nessa forma tradicional de consumo que ele aparece como uma das estrelas do prato. Brasil afora, o grão é essencial na alimentação do dia a dia, mas também está presente em receitas especiais.

Além de fornecer energia e nutrientes importantes, o arroz tem diferentes versões. Branco, integral, parboilizado e arbóreo são as mais populares por aqui e se adaptam a diferentes ingredientes e sabores regionais com facilidade. Outro benefício é que é um ingrediente barato e, por isso, é amplamente consumido em todas as regiões do país, o que faz com ele seja fundamental para a nossa economia.

Arroz-doce

De origem asiática, a receita de arroz-doce é uma das favoritas na região Sudeste quando o assunto é sobremesa. Trazida para cá pelos portugueses, a iguaria é feita basicamente com arroz, leite e açúcar e é muito apreciada no Rio de Janeiro, em Minas Gerais e em São Paulo. Em cada estado, pode sofrer variação de ingredientes, mas especiarias como cravo e canela dão um toque especial a praticamente todas as receitas. >>



Água mineral natural Indaiá

**Uma mistura deliciosa
de água, alegria e Brasil**

Confira aqui no Assaí



Instagram Facebook IndaiáOficial

indaia

Arroz com pequi

Na região Centro-Oeste, uma das receitas mais tradicionais é o arroz com pequi, fruto típico do cerrado de sabor amargo e muito peculiar. Em Goiás e no Distrito Federal, o prato é comumente acompanhado de creme de milho, frango ou outros tipos de carne, como a costelinha de porco. Saboroso, o arroz com pequi é muito fácil de fazer e vai agradar aos apreciadores de comida goiana.



VEJA COMO
PREPARAR ESSAS
DELICIOSAS RECEITAS

Arroz de carreteiro

A receita de arroz de carreteiro é tradicional na região Sul, principalmente no estado do Rio Grande do Sul, onde é muito consumido. Além de outros ingredientes, o prato leva carne-seca, forma eficiente de conservar a carne vermelha por longos períodos sem refrigeração e muito utilizada pelos tropeiros na época do Brasil colonial, quando faziam longas viagens para comercializar em outras regiões.

Arroz paraense

Já no norte do país, o tucupi, o jambu e o camarão são ingredientes que, junto o arroz, dão origem a um dos pratos mais típicos do Pará. Apesar dos insumos de sabor intenso, tradicionais da culinária nortista, o preparo do arroz paraense faz com que o resultado seja uma refeição suave e levemente cremosa. Destaque para a facilidade – em poucos minutos, a receita fica pronta – e a praticidade – por causa dos ingredientes, dispensa acompanhamentos. 🍌



ASSUSTADOR DE TÃO BOM



PROMOÇÃO

CEREAIS
Nestlé

NUTRE SEUS
SONHOS

NOSSA FAMÍLIA DE CEREAIS TEM PRÊMIOS
PARA VOCÊ REALIZAR SEUS SONHOS.



ASSAÍ

ATACADISTA

O MINISTÉRIO DA SAÚDE INFORMA: APÓS OS 6 ANOS, MUITOS BENEFÍCIOS DE SEU CONSUMO. LIGUE 1302-1302 PARA MAIS INFORMAÇÕES E CRIE SUA NOVA ALIMENTAÇÃO.

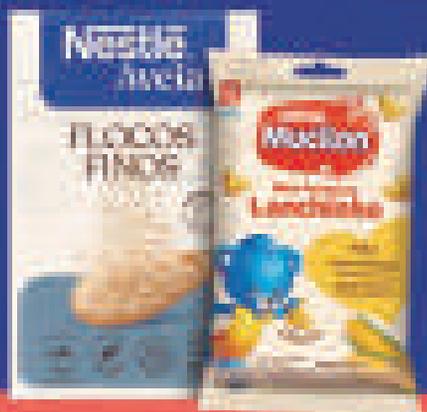
COMPRE **R\$ 20** EM CEREAIS NESTLÉ:



CONCORRA A

R\$ 100 MIL

E TODO DIA



SOLOME NESTLÉ AVELA EM
MUCILON, COM SEU PRIMEIRO LANÇAMENTO EM
SUA COMPRA DE R\$ 20 E CONCORRA A

**PRÊMIOS NA HORA
DE R\$ 500****

CADASTRE-SE E GANHE UM
LIVRO DE RECIETAS VIRTUAIS!



E CADA R\$ 20 NO MESMO DUPOM = 1 N° DA SORTE

PROMOCEREAIS.COM.BR

PARTICIPE AGORA





Refrescantes e saudáveis, os sucos naturais têm tudo a ver com o verão brasileiro. Mas abrir esse tipo de estabelecimento exige cuidados específicos e investimento em equipamentos e insumos de qualidade

Casa de SUCOS

As casas de sucos não são exatamente uma novidade, mas seguem conquistando consumidores em todas as regiões do país. Segundo dados divulgados pela consultoria Euromonitor International, o Brasil é o 4º colocado em consumo de alimentos saudáveis no mundo, movimentando R\$ 35 bilhões por ano.

Enquanto a preocupação com a saúde é uma tendência crescente, no Brasil, onde o verão costuma ser intenso, estabelecimentos especializados em sucos naturais ganham ainda mais destaque, já que oferecem opções refrescantes. Além disso, nosso país tem outra vantagem quando o assunto é suco natural: diversidade. Segundo a Embrapa, são mais de 500 espécies de frutas catalogadas.

CUIDADOS INDISPENSÁVEIS

Para além das exigências legais relacionadas a todos os estabelecimentos que atuam no setor de alimentação, como o alvará da Vigilância Sanitária, as frutas, verduras e legumes demandam atenção redobrada quanto à qualidade, ao armazenamento e ao manuseio. Por isso, alguns cuidados são indispensáveis:



Garantir um fornecedor de confiança, capaz de oferecer produtos de qualidade e preferencialmente orgânicos



Adquirir eletrodomésticos adequados para armazenamento de frutas, verduras e legumes, que possam manter tudo em boas condições de uso



Ter equipamentos de qualidade para o preparo dos sucos e, principalmente, mantê-los sempre limpos para o próximo uso



IMPORTANTE: o controle de estoque precisa ser inteligente para evitar desperdícios, já que esses alimentos são muito perecíveis. Além disso, o local de preparo precisa ser sempre limpo e as frutas e os legumes corretamente higienizados.



DIVERSIFICAÇÃO DE PRODUTOS

Por questões óbvias, casas especializadas em sucos naturais têm maior movimento nos meses mais quentes do ano. Para driblar a sazonalidade, é possível agregar valor ao negócio diversificando os itens oferecidos no cardápio. “Temos vitaminas, açaí, água de coco, mas somos famosos pelo lanche de linguíça. No total, temos nove tipos de lanche feitos no pão francês”, conta o empreendedor Eder Xavier de Franca, proprietário do Batidão Sucos. As salas também costumam fazer sucesso nesse tipo de estabelecimento.

PONTO COMERCIAL

O ponto comercial é outro detalhe que não pode ser ignorado. Além da estrutura, a escolha do local onde será a casa de sucos deve levar em conta a movimentação de pessoas. Por isso, lojas de rua com comércios de grande movimento e dentro de shopping centers são, sem dúvidas, as escolhas mais acertadas. O Batidão Sucos, de Hortolândia, por exemplo, fica em uma avenida movimentada às margens de uma rodovia e tem estacionamento para os clientes.



ESTRUTURA BÁSICA

O espaço não precisa ser grande, mas deve ter tamanho suficiente para abrigar uma estrutura básica com freezer, geladeira, liquidificadores profissionais de alta performance, armários para utensílios, vasilhames e alimentos secos. Além disso, é essencial contar com pelo menos um balcão (caso não seja possível dispor de mesas) e cadeiras para que os clientes possam se sentar na hora de consumir. No caso dos estabelecimentos que oferecem também opções de lanches quentes e salgados, uma chapa, um fogão e uma estufa térmica para manter os alimentos aquecidos são imprescindíveis.

IMPORTANTE: A área destinada ao preparo dos sucos deve, preferencialmente, ser visível aos clientes a fim de que eles possam acompanhar o processo.

OUTROS ITENS: É necessário, ainda, que a loja tenha ventiladores e/ou ar-condicionado, computador para registro das vendas e impressora.

MODALIDADE FRANQUIA:

Vale a pena?

No mercado brasileiro, existem algumas opções de franquias de casas de sucos naturais. A vantagem desse modelo é que há suporte por parte da marca tanto na escolha do ponto comercial, quanto na montagem da loja e no treinamento do pessoal. Além disso, muitas dessas marcas são reconhecidas nacionalmente, o que garante mais visibilidade, e têm um modelo de negócios já testado.

Mas, normalmente, as franquias exigem maior investimento inicial, justamente por causa do uso da marca consolidada e do modelo de negócios que já funciona. Vale ressaltar, ainda, que o franqueado precisa pagar taxas contínuas de *royalties* e/ou marketing à franqueadora. Também há menor flexibilidade em relação às adaptações do cardápio, por exemplo, já que todas as lojas da rede seguem o mesmo padrão. >>



INVESTIMENTO E FATURAMENTO

Não basta ter vontade de empreender. Para abrir uma casa de sucos, é essencial avaliar o investimento necessário. Isso porque a estrutura de um estabelecimento desse tipo exige uma série de equipamentos de qualidade. “Levando em consideração todos os itens necessários, e tendo base de que montamos nossa segunda loja recentemente, é calculado em torno de R\$ 50 mil a R\$ 60 mil para abrir o negócio do zero”, conta Eder.

Quanto ao faturamento, o empreendedor lembra que é impossível afirmar qual é o valor mensal, já que é preciso levar em conta uma série de fatores, como localização, estação do ano, serviço de entregas, cardápio e público consumidor.



saiba mais

@batidaosucos

“Podemos falar, mais ou menos, entre R\$ 70 mil e R\$ 90 mil de faturamento médio”, completa Eder. Vale lembrar que faturamento e lucro são coisas diferentes. O primeiro é o montante total de vendas, enquanto o segundo é a parte que fica com a empresa depois de descontar todas as despesas e custos do negócio. 🌈

Fotos: Divulgação / Shutterstock

Toddynho

AS CRIANÇAS SÃO A NOSSA ESPERANÇA E É POR ISSO QUE TODOS OS DIAS DEVIAM SER DELAS.
Venha comemorar esse momento tão especial com Toddynho!

VITAMINAS A C D

FORNTE DE CÁLCIO

FORNTE DE ÁCIDO FÓLICO

50% mais vitamina C

35% mais vitamina A

FORNTE DE CÁLCIO

FORNTE DE ÁCIDO FÓLICO

200ml

BEBIDA LÁCTEA DOCE COM SABOR CHOCOLATE

PEPSICO

Imagens ilustrativas.

LACTA

CADA PEDACINHO
APROXIMA.





INGLATERRA, além de fish and chips

A gastronomia da Inglaterra vai de pratos tradicionais e famosos a iguarias estranhas para o nosso paladar e, por isso, merece um roteiro exclusivo

A Inglaterra é um dos países mais visitados do mundo. Mas, para além da cultura, da história e das artes, a gastronomia inglesa merece um roteiro exclusivo. Mais que o tradicional fish and chips (primeiro prato que vem à mente quando pensamos na gastronomia de lá, o país é responsável pela criação de receitas autênticas, que merecem ser apreciadas durante uma visita à terra da família real.

Servidas em barracas de rua, pubs e restaurantes estrelados, as refeições inglesas sofrem influência internacional, têm uma grande variedade de sabores e contam ainda com atrativos alcoólicos, como os estilos de cerveja mundialmente famosos. Por lá, a gastronomia está sempre em evolução e mistura tradição cultural com o que há de mais moderno na cozinha.

Londres
É a capital da Inglaterra e do Reino Unido - A icônica cabine telefônica vermelha britânica com o Big Ben ao fundo ficam no centro da cidade.



Culinária inglesa

Há quem diga que a culinária da Inglaterra é pobre em variedade de ingredientes. De fato, a base da cozinha inglesa é formada quase que somente por batatas, pães, carnes, peixes, embutidos e alguns legumes. Mas os pratos típicos do país podem ser, sim, saborosos e diversificados.

Pratos famosos

● FISH AND CHIPS

Algumas receitas e alimentos tipicamente ingleses são famosos no mundo todo. É impossível, por exemplo, pensar em Londres sem lembrar do tradicional Fish and Chips. Geralmente, o peixe (fish) é bacalhau empanado, acompanhado de batatas fritas, molho tártaro e purê de ervilhas.

● BIFE WELLINGTON

O elegante Bife Wellington também é um prato inglês muito reproduzido mundo afora. A receita básica é composta de filé-mignon envolto com presunto cru, cogumelos e massa folhada. Pode ser servido com legumes e purê de batata, por exemplo, e um molho de vinho do porto.

● SCONES

Praticamente obrigatórios no tradicional chá da tarde inglês, os scones são pãezinhos de farinha de trigo, ovos, açúcar, manteiga e fermento em pó. Fáceis de fazer, ficam prontos em minutos e são servidos com geleia ou *clotted cream*, creme feito à base de nata que substitui a manteiga.



Café da manhã "esquisito"

Alguns hábitos e pratos ingleses podem ser bem esquisitos, é verdade. É o caso do English Breakfast (café da manhã inglês, na tradução em português), encontrado nos cafés e hotéis espalhados pelo país. Trata-se de uma refeição completa perfeita para quem gosta de começar o dia bem alimentado. Bacon, salsichas, ovos, cogumelos, tomates grelhados, pão tostado e feijão cozido são ingredientes que não podem faltar na primeira refeição do dia.

Por falar em esquisitice, o cardápio do café da manhã também pode ter Black Pudding, ou "pudim preto". A iguaria é bem diferente da sobremesa doce que nós conhecemos aqui. Na verdade, ele é salgado e se parece um pouco com o nosso chouriço. A receita tradicional leva sangue de porco, aveia, gordura e temperos. >>

Bife Wellington

Filé-mignon envolto com presunto cru, cogumelos e massa folhada. Pode ser servido com legumes e purê de batata.



Reino da CERVEJA

A bebida alcoólica mais popular na Inglaterra sem dúvidas é a cerveja. Não é por acaso que o país é responsável pela criação de alguns dos estilos mais famosos do mundo. Outra curiosidade: 80% da cerveja que os ingleses consomem são produzidos localmente.

Conheça alguns estilos de cerveja tipicamente ingleses:

● ALE

Tem algumas variações, como Pale Ale, Indian Pale Ale, Mild Ale e Brown Ale. Entre os muitos subtipos, alguns são consumidos em temperatura ambiente.

● PORTER

Surgiu em Londres durante a Revolução Industrial, destinada para os trabalhadores dos portos. A porter é uma cerveja escura e mais alcoólica.

● BITTER

Da família da Ale, a Bitter também tem variações. Normalmente é um pouco (ou muito) mais amarga, mas alguns subtipos têm baixo teor alcoólico. 🍷



Granolas MÃE TERRA



mãe terra



SORRISO

TRIPLA LIMPEZA COMPLETA

1 PROTEÇÃO ANTICÁRIE

2 DENTES BRANCOS

3 HÁLITO FRESCO

LEVE 12 PAGUE 9

GRÁTIS 3 CREMES DENTAIS 70g

SORRISO

Ah!

TRIPLA
LIMPEZA COMPLETA

ESCOLHO CONTRA CÁRIE



**DENTES
PROTEGIDOS**

**IDEAL PARA O
SEU NEGÓCIO**

JUROS ALTOS?

Saiba o que isso significa



Taxa Selic elevada traz desafios para o crédito, mas pode significar oportunidades de investimento

Muito se fala sobre a alta de juros no país, porém, como eles impactam no dia a dia de pequenos e microempresários? Primeiramente é preciso entender que no Brasil a taxa básica de juros, também conhecida como Selic (sigla para Sistema Especial de Liquidação e de Custódia), é a responsável por servir de ponto de partida para definição dos preços.

De acordo com o coordenador de Acesso a Crédito e Investimentos do Sebrae, Giovanni Beviláqua, a Selic influencia todas as taxas de juros do país, como as do cartão de crédito, de financiamentos e empréstimos. “A Selic é utilizada para gerenciar a economia, de modo geral. Quando é preciso estimular o consumo, a taxa fica mais baixa; e, quando é necessário segurar a inflação, o governo eleva a taxa para segurar o mercado”, explica.

Desde 2021, a taxa Selic vem subindo para frear a inflação e está no maior patamar já visto. Isso significa que o crédito está mais caro para quem precisa emprestar dinheiro. “A taxa de juros para empreendedores é, em média, de 35% ao ano em várias linhas de crédito. Por isso, caso o empréstimo seja inevitável, é importante que esse dinheiro seja direcionado para desenvolvimento do negócio e o pagamento seja bem planejado”, orienta Giovanni.

PREVISÃO DE QUEDA?

É difícil prever os próximos passos do Comitê de Política Monetária (Copom), órgão do Banco Central que gerencia a Selic, mas a expectativa é de que ela entre em trajetória de queda ainda neste ano. De acordo com o boletim Focus, 2023 deve terminar com 12% e, em 2024, a taxa pode cair para 9,5%. “Essa queda deve ajudar o mercado, mas de maneira sutil”, explica o coordenador do Sebrae.

RAIO X DA SELIC

- **SIGNIFICADO:**

Sistema Especial de Liquidação e de Custódia

- **O QUE É:**

é a taxa básica que influencia todas as taxas de juros do Brasil

- **QUEM ADMINISTRA:**

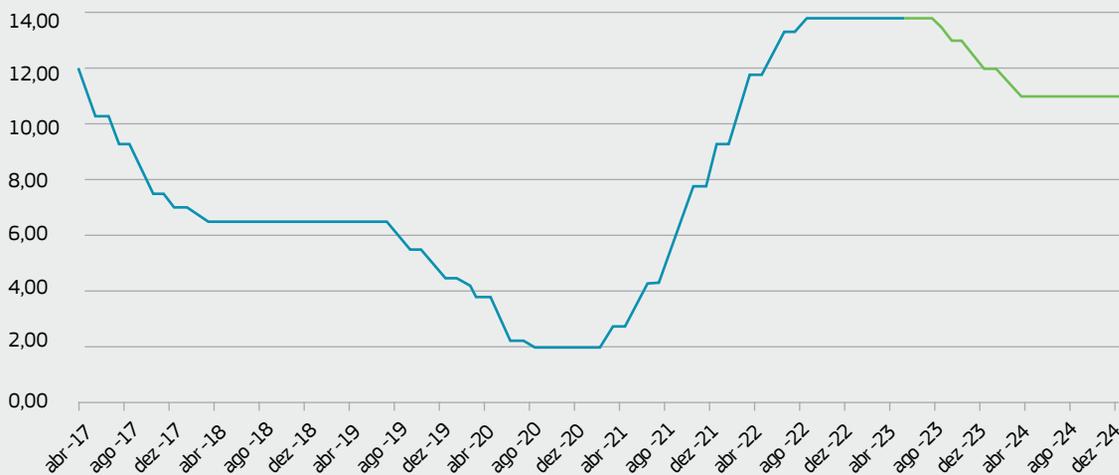
Banco Central do Brasil

- **COMO É DEFINIDA:**

a cada 45 dias, o Comitê de Política Monetária (Copom) se reúne para definir a taxa

SOBE E DESCE DA SELIC

CORTE DE JUROS DEVE VIR AINDA EM 2023
Taxa Selic Meta (%ao ano). Fonte: BCB, Rico



Fonte: <https://www.bcb.gov.br/controleinflacao/historicotaxasjuros>

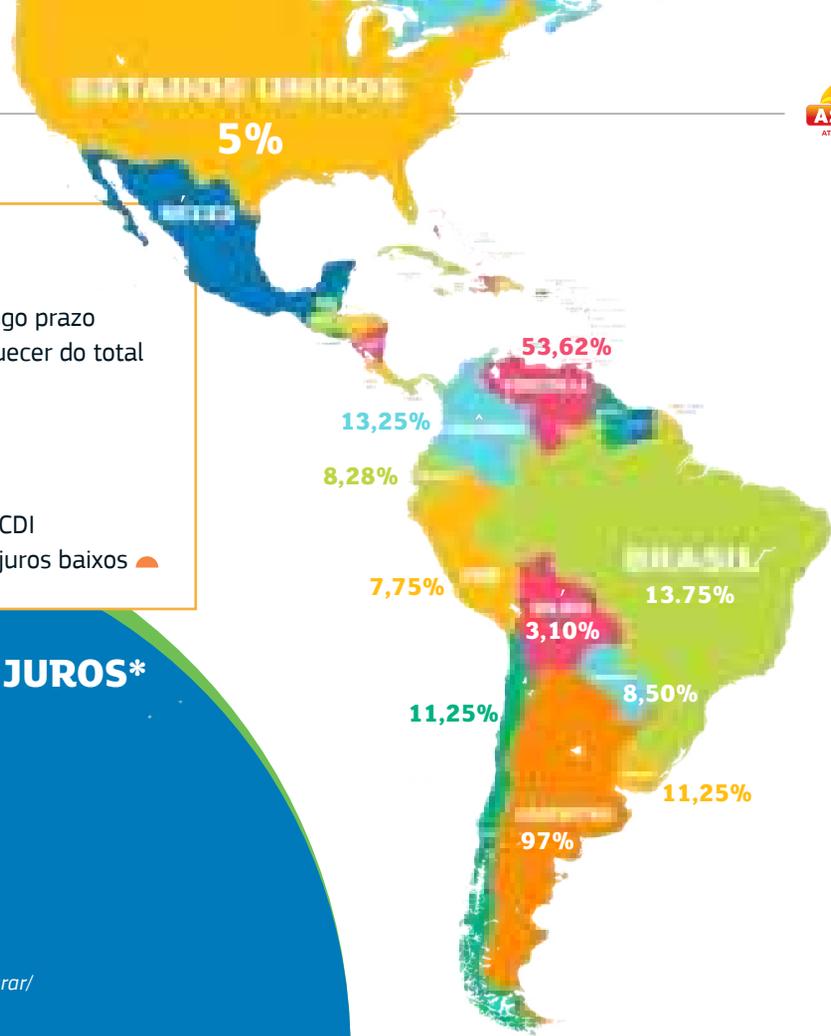
A última vez em que a Selic esteve nesse patamar foi em 2017. Durante a pandemia, a taxa de juros chegou a 2%, para estimular a economia, e, desde 2021, o Banco Central deu início à sequência de alta. Especialistas sugerem que o período de queda deve começar em breve.



O QUE FAZER E O QUE EVITAR?

Apesar do cenário de queda na taxa, de acordo com a educadora financeira Anielle Neumann, é importante entender que o cenário de melhora representa mudanças apenas em médio e longo prazo. “Ainda levará muito tempo para termos taxas baratas e acessíveis de crédito, pois esse movimento vai durar, no mínimo, dois anos. Portanto, ainda é importante cuidar com financiamentos, empréstimos e parcelamentos, já que os juros ainda estarão caros”, alerta a professora.

Caso realmente exista a necessidade de fazer o empréstimo, então é importante observar não somente o valor da parcela, mas sim o valor da taxa que está sendo cobrada e, principalmente, qual será o valor total final que você pagará. A especialista indica ainda que, se algo acontecer, e não for possível fazer o pagamento das parcelas, renegociar a dívida não é a melhor opção. “O ideal é negociar para quitar tudo à vista, e fazer investimentos até juntar o valor total. Prolongar o pagamento só lhe fará ficar mais tempo em um ciclo de dívida por um período muito grande”, sugere. >>



EVITAR



- Empréstimos a juros altos
- Parcelas pequenas, mas de longo prazo
- Focar o valor da parcela e esquecer do total

PREFERIR



- Investimentos na renda fixa
- Preferir taxas acima de 100% CDI
- Empréstimos de curto prazo e juros baixos

MAPA-MÚNDI - TAXA DE JUROS*

- BRASIL: 13,75%
- ALEMANHA: 4%
- RÚSSIA: 7,50%
- CHINA: 3,55%
- ÁFRICA DO SUL: 8,25%

*Fonte: <https://pt.countryeconomy.com/paises/comparar/>

Triângulo, entre as marcas de lácteos mais compradas do Brasil!

Alimentos
Triângulo
Mineiro
DESDE 1985
Mais sabor
na sua receita!





CUIDADO, PROTEÇÃO E
PRATICIDADE PARA
INCONTINÊNCIA URINÁRIA

CONHEÇA A NOVA LINHA PLENITUD CLASSIC

O produto certo para a absorção
que você precisa.



Produto indicado para
Incontinência Intensa.

FÁCIL DE COLOCAR E TIRAR

CINTURA ELÁSTICA

CONTROLADOR DE ODORES

Incontinência intensa:

DELICIOSO CHORIPAN?

EXPERIMENTE!




PRONTO PARA
ASSAR



Deliciosa combinação de pão com Linguiça Toscana Aurora com Queijo Mussarela, típico da culinária da Argentina e do Uruguai.



Produto ideal para diversas ocasiões. Churrasco, Lanches e até Refeições.



AURORA

FAZ

FAZ

FAZ

www.auroraalimentos.com.br
www.facebook.com/auroraalimentosoficial
www.instagram.com/auroraalimentos



*A gente faz com gosto
tudo que você gosta.*



Diego Dutra Sobral passou por grandes desafios até abrir sua própria pizzaria, que traz a marca de muito trabalho, dedicação e aprendizado

O guerreiro VENCE A BATALHA

Comecei a trabalhar aos 13 anos de idade vendendo pão em Salvador, onde meus pais tinham uma empresa. Durante a minha vida, tive muitas experiências, fiz curso de moço de convés, arrais, motonauta e trabalhei como salva-vidas por dois anos. Conheci o Brasil mais a fundo e 36 países graças ao meu trabalho.

Em 2020, quando começou a pandemia, eu estava na França e precisava voltar para o Brasil. Eu tinha um dinheirinho guardado e foi aí que surgiu a oportunidade de abrir uma pizzaria em João Pessoa (PB) com outros dois sócios. No começo não foi fácil, eu morava num quatinho no fundo e vivia para a empresa. Depois de um ano, desfizemos a sociedade e nasceu a Pizzaria Guerrier, que já está completando dois anos.

O guerreiro

E A BATALHA



Guerrier é a minha marca, eu me considero um verdadeiro guerreiro. Nunca fiz curso de gastronomia, caí de paraquedas nesse universo e fui aprendendo diariamente, na prática. O que me motiva é o crescimento da minha empresa, o retorno que esse negócio está dando.

Eu nunca imaginei que seria assim, lutei muito para chegar até aqui e, por isso, deposito muito amor no que faço. Acredito esse seja o motivo de ter uma clientela fiel hoje em dia. Sou muito grato à minha família, que me apoia, aos meus clientes e à minha equipe maravilhosa, que todos os dias rende muitos elogios.



“Eu nunca imaginei que seria assim, lutei muito para chegar até aqui e, por isso, deposito muito amor no que faço”

Diego Dutra Sobral

SABORES, PROMOÇÕES E ESTOQUE DE BANANA

As nossas pizzas têm preço fixo de R\$ 47,99 (valor de agosto de 2023). São mais de 70 opções de sabores, entre tradicionais, doces e premium. Na Pizzaria Guerrier, temos promoções todos os dias, e acredito que esse também seja um dos nossos diferenciais. Um sabor que está chamando muita atenção no momento é a pizza de banana nevada – até quem não gosta da fruta se apaixona por ela. Eu preciso repor o estoque praticamente todos os dias para conseguir dar conta e ainda tem dia que esgota. >>



saiba mais

@pizzariaguerrier

Só delivery E RETIRADA

Aqui funciona assim: nosso espaço é apenas para *delivery* e retirada. Temos uma cozinha enorme, com equipamentos da melhor qualidade, tudo de acordo com a vigilância sanitária e alvará de funcionamento. Nossa cozinha é aberta, ou seja: o cliente que chega para retirar seu pedido consegue ver toda a produção, pois tem apenas um vidro transparente que nos separa. Era meu sonho ter uma cozinha assim!

Minha equipe prepara e porciona os insumos todos os dias e nosso principal diferencial é a massa, que tem fermentação de 24 horas. Tenho 12 funcionários, vendo 750 pizzas por semana e cerca de 250 pessoas vêm retirar aqui no meu balcão. O restante é levado por *delivery* com o apoio de 15 entregadores. Minha noiva e meus pais também me ajudam. Abrimos todos os dias, das 17h30 às 23h.





DA MELHOR

qualidade

Pizza de qualidade precisa ter os melhores insumos. Aqui, nós só trabalhamos com bons produtos para proporcionar uma experiência incrível aos nossos clientes. Toda segunda-feira, eu faço as compras pessoalmente e encontro na loja do Assaí os itens com os quais gosto de trabalhar, em grandes quantidades e com um ótimo preço. O cuidado começa na escolha do fornecedor.

Eu conto com o Assaí Atacadista desde o início da pizzeria e tenho uma parceria muito forte com o gerente da loja que frequento. Hoje, compro de 1.000 a 1.500 quilos de farinha por mês, *cream cheese*, atum, 95% dos insumos que uso vem do Assaí. Agora, o plano é abrir uma segunda unidade e continuar contando com a rede para atender cada vez melhor meus clientes. 🍕



CONHEÇA O CURSO DE PIZZARIA DA ACADEMIA ASSAÍ

A excelência no processo de produção e qualidade no *delivery* vai ajudá-lo a conquistar clientes fiéis. Saiba como identificar falhas e corrigi-las para ter sucesso na sua pizzeria com esse curso gratuito de Pizzeria da Academia Assaí.

academiaassai.com.br
@academiaassaioficial

lava-roupas ARES

- Economia
- Fácil diluição
- Alto rendimento
- Limpeza garantida





**A QUALIDADE
DE PILÃO
VEM
DO CUIDADO
COM
CADA GRÃO.**

CAFÉ PRESENTE EM TODOS OS MOMENTOS DO DIA.

Com sua história de contínua evolução e dedicação, Pilão conquistou respeito e tradição no mercado e na casa dos brasileiros, estabelecendo uma relação de confiança, sempre presente, seja em ocasiões importantes ou naquelas do dia-a-dia.

O Shopper tem percebido essa evolução e cada vez mais tem buscado um mix maior de segmentos no momento da compra.

Em nossa última pesquisa realizada, vimos que a tendência da compra multissegmentos esta cada vez maior, sendo que em média o comprador opta por 2 categoria diferentes.

De forma geral, quem compra cápsulas, solúvel, cappuccino e grão leva uma maior variedade de segmentos na mesma ocasião de compra. 69% dos shoppers afirmam comprar Cápsulas e T&M, sendo que na categoria de Cápsulas a compra contempla até 2,7 segmentos diferentes e em Solúvel essa combinação é de 2,4 segmentos.

Por isso garantir uma exposição com a presença do portfólio completo tanto no espaço primário quanto no espaço secundário é fundamental para atender a necessidade do shopper.

EXEMPLO EXPOSIÇÃO ESPAÇO SECUNDÁRIO



TORRADO E MOÍDO



CÁPSULAS



SOLÚVEL



TORRADO E MOÍDO





Como manter UM FUNCIONÁRIO MOTIVADO?

Garantir a motivação da equipe influencia diretamente no sucesso do negócio. Para isso, é preciso oferecer benefícios que vão além do salário e das obrigações trabalhistas

S em dúvidas, funcionários motivados são mais produtivos, engajados e encontram mais satisfação no trabalho. Mais que isso, a motivação faz com que o colaborador queira ficar onde está, ou seja, evita a alta rotatividade e retém talentos. Mas, o que fazer para manter um funcionário motivado?

Em primeiro lugar, é preciso ouvir e compreender os desejos e as necessidades dele. “Um olhar atento e dedicado ao funcionário de forma individualizada pode nos

levar a mantê-lo motivado através de incentivos distintos”, explica Igor Coelho, especialista em Direito do Consumidor da ICA Advocacia, que lida diretamente com o outro lado: o cliente.

Ele completa dizendo que “o empresário deve se atentar ao fato de que, geralmente, é o funcionário que está na linha de frente e em contato com os clientes. Ter um garçom satisfeito, sorrindo e disposto com certeza irá trazer mais clientes, gerar mais vendas e manter uma boa avaliação do estabelecimento”.



“Ter um garçom satisfeito, sorrindo e disposto com certeza irá trazer mais clientes, gerar mais vendas e manter uma boa avaliação do estabelecimento”

Igor Coelho, especialista em Direito do Consumidor

SALÁRIO EMOCIONAL

Salário emocional nada mais é que tudo aquilo que envolve o trabalho do colaborador além do pagamento e dos benefícios aos quais ele tem direito garantido por lei. Em outras palavras, são benefícios subjetivos, que promovem um bom ambiente de trabalho e incentivam emocionalmente.

“O salário monetário é apenas uma parte de tudo que envolve a motivação do funcionário. Antes dele vem o reconhecimento de suas qualidades, do seu desempenho e dos seus resultados”, explica o especialista.

Motivação NA PRÁTICA



RECONHEÇA E ELOGIE O COLABORADOR

Seja diante dos colegas ou em conversas privadas, não deixe de pontuar a importância do trabalho do funcionário para o sucesso da empresa. Elogie, agradeça e, quando possível, ofereça benefícios reais, como promoções ou bonificações.



OFEREÇA UM BOM AMBIENTE DE TRABALHO

Garanta estrutura apropriada para que o funcionário possa realizar suas atividades de maneira adequada. Isso inclui ferramentas e equipamentos, banheiros limpos, espaços de refeição, locais de descanso e boa comunicação, por exemplo.



SEJA FLEXÍVEL E COMPRENSIVO

Embora a produtividade seja um fator essencial para o sucesso do negócio, é preciso lembrar que funcionários têm problemas pessoais e de saúde. Por isso, flexibilidade e compreensão são diferenciais que mantêm a motivação em dia.



PROPORCIONE PERSPECTIVAS DE CRESCIMENTO

Seja por meio do aumento do salário monetário, do salário emocional ou de benefícios, é essencial que o funcionário tenha perspectivas reais de crescimento dentro da empresa; incertezas desmotivam e não trazem segurança. 🌅

Brigadeiro DE TACHO

Conheça a versão do docinho preferido dos brasileiros, que tem memória afetiva e vem fazendo muito sucesso em eventos de todos os tipos



Jucelaine Santos, proprietária da empresa Brigadeiro de Tacho, de São Paulo (SP)

O brasileiro é apaixonado por brigadeiro, docinho que conquistou gerações e é presença garantida em praticamente todas as festas de aniversário. Agora, uma versão vem fazendo sucesso em eventos infantis, adultos e corporativos, formaturas, casamentos e outras comemorações: o brigadeiro de tacho.

A diferença está no preparo e na forma de servir. Enquanto o tradicional é feito em panelas convencionais, como o próprio nome sugere, o de tacho é feito em um recipiente de cobre, conhecido como tacho, e precisa de mais tempo de fogo. Na hora de servir, nada de enrolar bolinha – o brigadeiro de tacho é servido na colher.

DIFERENCIAIS

O brigadeiro de tacho é um doce versátil: pode ser servido em eventos, com a ajuda de um carrinho móvel, mas também é uma opção para agregar valor a restaurantes, lanchonetes, docerias, padarias e outros estabelecimentos. De qualquer maneira, é essencial ter um funcionário para servir, a fim de evitar que a mesma colher seja usada mais de uma vez ou que os clientes exagerem na porção.

Outro ponto que merece destaque é a possibilidade de oferecer sabores diferentes de brigadeiro, como tradicional, chocolate branco, gourmet, beijinho, limão, café, entre outros, e várias coberturas, que ficam à disposição para escolha da própria clientela. Algumas opções de cobertura são chocolate granulado, paçoca, coco ralado, confeitos coloridos, chocoball e leite em pó. Mas não há limites, basta usar a criatividade.





Custo-benefício e VALOR AGREGADO

Para grandes eventos, o brigadeiro de tacho tem um bom custo-benefício em relação ao tradicional. Isso porque, por ser feito normalmente em grandes quantidades, é possível adquirir matéria-prima com preços melhores. Além disso, o doce feito no tacho carrega uma memória afetiva. “É servido de colher, como se estivéssemos comendo em casa, no nosso sofá, assistindo TV”, conta Jucelaine Santos, proprietária da empresa Brigadeiro de Tacho, de São Paulo (SP). Segundo ela, isso traz lembranças agradáveis e mexe com o lado sentimental das pessoas, o que agrega valor ao produto.

Quanto ao investimento, basicamente, é preciso adquirir os insumos para o brigadeiro, um tacho de cobre, recipientes para as coberturas, colheres descartáveis, guardanapos e um carrinho ou balcão, que pode ser simples e pequeno, suficiente apenas para colocar o tacho e as coberturas. 🍌

Brigadeiro de Tacho

Receita

INGREDIENTES

- ✓ 10 latas de leite condensado
- ✓ 200 g de cacau em pó ou achocolatado
- ✓ 10 colheres (sopa) de manteiga ou margarina sem sal

MODO DE PREPARO

Em um tacho, adicione o leite condensado, o cacau em pó e a manteiga. Leve ao fogo baixo e vá mexendo com uma colher de pau ou espátula de silicone até o brigadeiro começar a soltar do fundo da panela. O fundo grosso do tacho ajuda na distribuição do calor, evitando que o doce queime. A consistência ideal é cremosa, por isso, depois de desligar o fogo, continue mexendo por mais alguns segundos. Sirva em seguida ou armazene em um recipiente bem fechado.



CONHEÇA O CURSO DE AMBULANTE DA ACADEMIA ASSAI



Aprenda sobre gestão, precificação, formalização, armazenamento de alimentos, como aumentar as vendas, entre outros temas.

academiaassai.com.br
@academiaassaioficial

MAIS DE
4 MILHÕES
DE REAIS
EM PRÊMIOS*

Ype

PROMOÇÃO

DE MILHÕES\$



2X MAIS CHANCES
DE GANHAR COM
A LINHA CASA?



40 MIL PRÊMIOS INSTANTÂNEOS

DE
R\$ 50,00*
NA HORA



CONCORRA A

R\$ 2 MILHÕES*

AO FINAL

3 CARROS
ZERO KM**



1



COMPRE UM
PRODUTO
YPÊ

2



CADASTRE-SE NO
SITE OU WHATSAPP
+55 113181-2644

3



PRÊMIOS
INSTANTÂNEOS
DE R\$ 50,00*

4

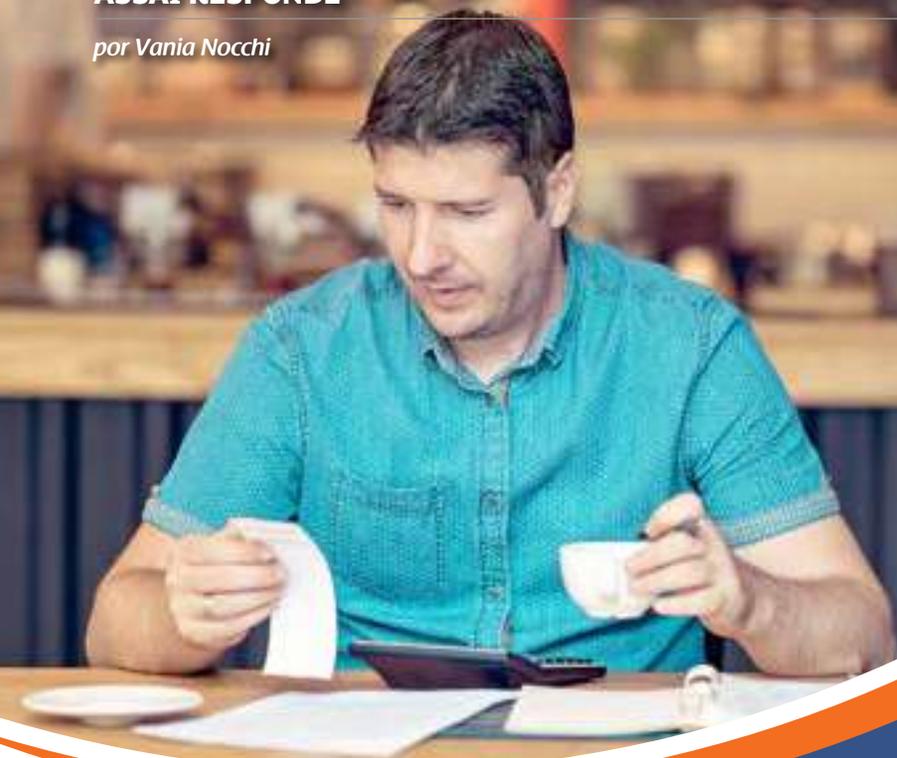


CONCORRA
A OUTROS
PRÊMIOS



PARTICIPE AGORA

PARTICIPE: WWW.PROMOCAOYPE.COM.BR



Você faz FLUXO DE CAIXA?



A gestão das entradas e saídas de dinheiro ajuda a controlar as finanças e, conseqüentemente, torna mais fácil tomar decisões estratégicas relacionadas ao seu negócio

Em qualquer tipo de negócio, o controle financeiro é essencial, afinal, saber como andam as contas da empresa ajuda muito na hora de tomar decisões relacionadas a pagamentos, empréstimos, investimentos, gastos e outras despesas adicionais. Uma das melhores maneiras de controlar as entradas e saídas e saber como anda a saúde financeira do negócio é por meio do fluxo de caixa.

COMO FUNCIONA?

Basicamente, fazer o fluxo de caixa é o mesmo que anotar todas as movimentações financeiras da empresa para acompanhar o que entra e o que sai. Isso é muito importante porque facilita o controle das contas e serve para identificar, por exemplo, se a empresa tem dinheiro para pagar despesas operacionais, dívidas, impostos, financiamentos e investimentos. A partir disso, é possível saber ainda se existe algum problema financeiro, definir estratégias de solução ou simplesmente planejar melhorias no negócio.



FLUXO DE CAIXA E GESTÃO DE ESTOQUE: MELHORES AMIGOS

Nas empresas do setor de alimentação, em que é preciso ter reserva de insumos, o fluxo de caixa e a gestão de estoque andam de mãos dadas. Isso acontece porque manter produtos armazenados, perecíveis ou não, representa investimento. Se por um lado é preciso ter todas as opções do cardápio à disposição dos clientes, por outro, estoques excessivos podem bloquear recursos que seriam usados para outros fins.

Controlar o estoque evita desperdícios de insumos, além de servir como referência para a negociação direta com fornecedores. Esses são fatores que influenciam diretamente na gestão financeira, por isso, o nível de estoque deve ser adequado à operação. >>

Uma das melhores maneiras de controlar as entradas e saídas e saber como anda a saúde financeira do negócio é por meio do fluxo de caixa.

PASSO A PASSO

Precisa fazer o controle do fluxo de caixa, mas não sabe por onde começar? Veja quais são as etapas:

- 1 **DETERMINE O ESPAÇO DE TEMPO** que será controlado. Normalmente, a planilha é mensal, mas cada empreendedor pode ajustar de acordo com as próprias necessidades.
- 2 **REGISTRE TODAS AS ENTRADAS**, como vendas à vista em dinheiro, PIX, cartões de débito e crédito, parcelamentos e duplicatas, entre outras.
- 3 **REGISTRE TODAS AS SAÍDAS**, como pagamento de salários, compras, aluguel, internet, entregas, empréstimos e reformas.
- 4 **FAÇA A PREVISÃO DAS ENTRADAS** e saídas que ainda não aconteceram, mas devem ocorrer dentro do prazo determinado.
- 5 **CALCULE O SALDO DO CAIXA**. Ou seja, subtraia as saídas das entradas para saber se o saldo do período é positivo ou negativo.
- 6 **ANALISE O RESULTADO**, identificando períodos de maior e menor gastos e despesas desnecessárias para saber como é possível economizar ou investir.
- 7 **REVISE O FLUXO DE CAIXA DE TEMPOS** em tempos para fazer ajustes, caso seja necessário. Por exemplo: um pagamento que a empresa deveria receber, mas não entrou, deve sair das entradas e ir para as previsões.

***O fluxo de caixa pode ser feito manualmente em um caderno de anotações, em uma planilha exclusiva ou a partir de algum modelo já existente, como o do Sebrae. Para baixar, acesse:**



Para que serve O FLUXO DE CAIXA?

A gestão correta do fluxo de caixa é importante porque:



FACILITA O CONTROLE DE ENTRADAS E SAÍDAS e, portanto, ajuda o dono do negócio a se organizar e cumprir todas as obrigações financeiras.



É UMA FORMA DE TOMAR DECISÕES FINANCEIRAS de maneira estratégica, consciente e controlada, evitando prejuízos e desperdícios.



PERMITE DEFINIR UM ORÇAMENTO REALISTA e estabelecer metas de forma que não coloque a saúde financeira da empresa em risco.



FACILITA A DEFINIÇÃO DE UM CAPITAL DE GIRO para evitar que crises ou outros imprevistos financeiros atrapalhem o andamento do negócio.



AJUDA NA NEGOCIAÇÃO DE PREÇO COM FORNECEDORES, para obter melhores condições, e com clientes, para incentivar o pagamento à vista. 🍊

Quanto **#MaisCachos,** melhor!

UMA UNHA FETA PARA TODOS OS TIPOS DE CABELOS CACHEADOS E CRESPOS. MUITO MAIS BRILHO, DEFINIÇÃO E VOLUME.



livre de
parabenos
sulfatos
peróxido
de hidrogênio
e
ftalato de bisfenol A

Preço Especial

CONTÉM:
1 SHAMPOO SEM SAL 325ml +
1 CONDIÇÃOADOR 325ml • LIVRADO

ANIVERSÁRIO 49 ANOS

ASSAI
ATACADISTA

FESTA EM
DOBRO

2

GANHADORES
DE
R\$ 1 MILHÃO*



CHANCE EXTRA

Faça suas compras no Assai, pague com o **Cartão Passaí** e ganhe 1 chance extra para concorrer na promoção de Aniversário 49 anos.

Participe e concorra!

ANIVERSARIOASSAI.COM.BR

Escaneie o QR Code e peça já o seu!™



Promoção válida de 01.09.2023 a 31.10.2023. * Prêmios entregues em Certificado de Ouso. ** Entregues como crédito no App Meu Assai. Consulte condições de participação, regulamentos e Certificados de Autorização no site www.aniversarioassai.com.br. *** Sujeito à análise de crédito. Imagens meramente ilustrativas.

Fortalecer para COMEMORAR

A Academia Assaí tem uma programação especial de cursos, matérias e outros materiais gratuitos para celebrar o Mês do Empreendedor em outubro



MÊS DO EMPREENDEDOR NA ACADEMIA ASSAÍ

O Dia do Empreendedor é celebrado no dia 5 de outubro e em mais um ano, a Academia Assaí conta com uma programação especial que vai durar todo o mês. O objetivo é reconhecer a importância e valorizar os micros e pequenos empreendedores do setor de alimentação, alguns dos pilares da economia brasileira, incentivando a capacitação e formação para viabilizar ou fortalecer os negócios.

De acordo com um levantamento do Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae) a partir de dados do Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged), sete em cada 10 vagas de trabalho registradas em maio deste ano foram criadas pelos micro e pequenos empreendimentos.

A página exclusiva do Mês do Empreendedor fica no site da Academia Assaí (academiaassai.com.br) e agrega conteúdos especiais destinados aos donos de negócios alimentícios, como cursos em parceria com o Sebrae, matérias especiais, podcasts e outros materiais para *download* – tudo de forma gratuita. Essa é uma oportunidade para aprofundar o conhecimento em áreas importantes para um empreendimento, como gestão, formalização de micro e pequenos negócios, marketing, inovação e atendimento ao cliente. E aqueles que ainda não empreendem, mas tem o desejo, os conteúdos também podem contribuir muito.

Para a Academia Assaí, o conhecimento é uma ferramenta importante de fortalecimento dos negócios e, por isso, os cursos e as informações da plataforma são disponibilizados de forma gratuita para proporcionar soluções para quem trabalha com alimentação, como boleiros, salgadeiros, dogueiros, donos de mercearias e minimercados, pizzarias, pastelarias, marmitárias, entre outros. >>

PARA PARTICIPAR

dos cursos e ter acesso aos conteúdos do Mês do Empreendedor, o interessado deve se cadastrar no site da Academia Assaí, no qual também pode fazer outras aulas, acessar dicas, receitas e informações pertinentes relacionadas ao setor de alimentação.



academiaassai.com.br
@academiaassaioficial

Mês do empreendedor

AcademiaAssaí

Um mês inteiro de
CONTEÚDOS

EXCLUSIVOS

para você!



Em outubro celebramos o **Dia do Empreendedor**, e a **Academia Assaí**, o programa gratuito para quem trabalha com alimentação, preparou materiais exclusivos!



Cursos online com aulas ao vivo



Materiais para baixar



Matérias especiais



Podcast



ACESSE:

academiaassai.com.br

ou aponte a câmera do seu celular para o QR Code

CONHEÇA NOSSAS REDES SOCIAIS:



@academiaassaioficial



/academiaassai



IMPORTÂNCIA DO EMPREENDEDOR NO BRASIL

- Do total de estabelecimentos brasileiros, cerca de **99% SÃO MICRO E PEQUENAS EMPRESAS;**
- **52% DO TOTAL DE EMPREGOS** com carteira assinada **SÃO GERADOS POR ESSES EMPREENDIMENTOS;**
- Quase **30%** do Produto Interno Bruto (**PIB**) **VÊM DAS MICRO E PEQUENAS EMPRESAS;**
- Entre 2019 e 2022, **MAIS DE 3 MILHÕES DE EMPRESAS FORAM FUNDADAS POR ANO NO PAÍS.** 📈

(Fonte: Sebrae)

DIA DO EMPREENDEDOR

Há quem pense que empreender é um caminho fácil, mas o fato é que, muitas vezes, tornar-se empreendedor é uma escolha inevitável como alternativa ao desemprego, para driblar a crise ou para ter mais liberdade profissional. É por isso que, para homenagear a categoria - responsável por movimentar diferentes setores do mercado -, foi criada uma data a partir do Estatuto da Microempresa e da Empresa de Pequeno Porte, que regulamentou e estabeleceu regras importantes para o funcionamento desse modelo de negócio no Brasil.

Ricca

A beleza é toda sua, a gente só realça!

KESS PRO

CERDAS ULTRAFINAS

LIMPEZA CONFORTÁVEL



kess **K**



LIDER EM VENDAS

1^o



com Alça

Com
Tecnologia



Ciclo
Consciente



Remove **100% da sujeira**
difícil sem esforço.





Limpa sem riscar
com micropartículas
de origem natural

ADEQUADO PARA:



Metais, inox,
alumínio,



Cerâmicas
e plásticos.





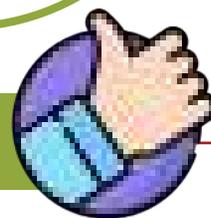
Sheila transforma o que ia para o lixo em uma iguaria que faz sucesso em Belo Horizonte; são 500 espetinhos vendidos por dia

Rainha da SAMBIQUIRA

A vida de Sheila Rodrigues de Moraes nunca foi fácil, mas transformar desafios em motivação é um dom que a empreendedora carrega desde a infância, quando começou a trabalhar. Viúva duas vezes, mãe de três e avó de um, empreendeu para garantir o sustento da família depois de enfrentar uma depressão. Chegou a ter dois funcionários registrados, mas precisou dispensá-los durante a pandemia.

Hoje, Sheila trabalha sozinha vendendo espetinhos em uma barraca na entrada da Vila Bispo de Maura, comunidade que fica próxima à região da Pampulha, em Belo Horizonte (MG). Ela é conhecida como “rainha da sambiquira”. A iguaria é a parte de trás do frango, que normalmente é descartada. Sheila transforma o que iria para o lixo em um petisco que faz muito sucesso na região.

APROVADO



A barraca já recebeu visitas ilustres e isso rendeu visibilidade ao negócio. A dedicação e a simpatia da dona são qualidades que chamam a atenção de chefs, influenciadores, jornalistas e até artistas. Flávio Trombino, chef e proprietário do tradicional restaurante Xapuri, e Eduardo Piastrelli, do canal *Coma Bem BH*, aprovaram a sambiquira. “O Flávio me levou para participar de eventos grandes, até para São Paulo eu já fui com ele, e o Eduardo me ajuda muito com o Instagram”, conta a empreendedora.

Ela faz questão de reforçar que o espetinho é bem frequentado: “Já veio jornalista e me apelidou de Rainha da Sambiquira porque nunca viu alguém vender tanto espetinho como eu. O sócio do Ronaldo Gaúcho e o MC Brankim também já comeram a sambiquira aqui. Tenho orgulho de receber esse pessoal na minha barraca”. >>

Você já teve que jogar
comida fora?

**HELLMANN'S
TE CONVIDA A
MUDAR ISSO**

**SEGUNDA-FEIRA
SEM DESPERDÍCIO**

Dia de transformar nada
de mais em tudo de bom.

Descubra novas receitas e dicas para
evitar o desperdício de alimentos.

JUNTE-SE AO MOVIMENTO



HELLMANN'S
EST. 1913

A verdadeira maionese
numa versão ainda
MAIS CREMOSA.

SABOR IRRESISTÍVEL

**FEITA COM OVOS
100% CAIPIRAS**

NO GIRO

“Hoje, eu trabalho só com sambiquira, frango e pernil, que são carnes mais baratas. Vendo 500 espetinhos por dia a R\$ 2 cada. E ainda tem promoção: quem compra dez, ganha um”, revela. O segredo para conseguir manter o preço baixo é comprar os itens em grandes quantidades e fazer espetos menores. Atualmente, ela paga R\$ 5 no quilo de sambiquira.

Sheila completa: “O lucro não é alto, mas eu ganho no giro. Tem gente que passa aqui e leva para a família toda de uma vez”. O “giro” a que ela se refere é a estratégia de vender com margens menores, porém com frequência e em maior quantidade. De segunda a sexta, são 2.500 espetinhos comercializados no total, o que exige controle de estoque e organização. >>



“Vendo 500 espetinhos por dia a R\$ 2 cada. E ainda tem promoção: quem compra dez, ganha um. O lucro não é alto, mas eu ganho no giro. Tem gente que passa aqui e leva para a família toda de uma vez”

Sheila Rodrigues de Moraes, a Rainha da Sambiquira



Sabor, qualidade e praticidade para a sua cozinha.

Desde 2001, a Ting oferece alimentos em conserva de qualidade feitos com ingredientes selecionados de produtores certificados pela legislação brasileira.

O rigoroso processo de seleção de matérias primas, controle de qualidade e certificação IFS Food, garantem a segurança alimentar com logística rápida no Brasil.

Confie na Ting para seus alimentos!

www.Ting.com.br



As Batatas mais vendidas* do país como você nunca viu.



*Segundo Kantar e Nielsen 2022

Chegaram os novos formatos de Batatas Bem Brasil, feitos de batata ralada, para deixar a vida mais gostosa e cheia de preparos diferentes.

Peça Bem Brasil e experimente a alegria do nosso sabor!

BemBrasil
Alimentando bons momentos



bembrasil.ind.br



batatasbembrasil



bembrasilfood

SAMBIQUIRA SOLIDÁRIA

Todos os dias, Sheila doa espetinhos para algumas crianças da comunidade. “Elas veem todo mundo comendo e não têm condição de comprar, são crianças muito humildes. Com a sambiquira, a gente não fica rica, mas é uma satisfação poder ajudar a matar a fome de quem mais precisa”, conta. Junto a outros empreendedores, ela realiza a ação “Churrasco Solidário” para doar espetinhos prontos a pessoas em situação de vulnerabilidade.

Além de doar espetinhos, aos finais de semana, Sheila faz angu com o que sobra da produção e alimenta cerca de 50 cachorros de rua no município de Esmeraldas (MG), onde tem uma casinha. “É muito lindo, eu chego lá e eles já vêm atrás de mim. Tem bastante cachorrinho doente, eu faço isso durante a minha folga”, finaliza. 🍌



saiba mais

@espetinho.da.sambiquira

RAIO X

- 8 anos de funcionamento
- De segunda a sexta-feira
- Das 18h à meia-noite
- 500 espetinhos por dia
- 2.500 espetinhos por semana
- R\$ 2 o espeto
- 3 sabores (sambiquira, pernil e frango)

Fotos: Divulgação

Viva momentos culinários incríveis com o azeite grego extra virgem “Mytholio”!

MYTHOLIO
AZEITE DE OLIVA



Um azeite multipremiado cultivado em olivais selecionados na Grécia. Colhido no tempo certo e extraído com métodos tradicionais, este azeite natural de azeitona preserva o seu aroma esplêndido e sabor extraordinário!

Mytholio – a myth in a bottle!

Chambinho
VEM DO
CORAÇÃO



✓ fonte de
cálcio, zinco
e vitaminas

A e D



Alimentando o
sabor da infância,
com cuidado e nutrição
para o seu filho
crescer forte.



Imagens ilustrativas e contém glúten.

a
iogur
teria
Nestlé®

por Bruna Cruz

CONSUMO CONSCIENTE: bom para qualquer negócio



Há vários caminhos para o pequeno empreendedor contribuir para a redução do desperdício de alimentos, e isso é algo simples de se fazer

O desperdício de alimentos é um problema real para o meio ambiente e, por isso, estar atento à quantidade de alimento desperdiçado é o primeiro passo para um consumo mais consciente. De acordo com a Organização das Nações Unidas (ONU), cada brasileiro desperdiça em média 41,6 kg de alimentos por ano. Ao todo, são 27 milhões de toneladas de comida jogadas anualmente no lixo. Pensando nisso, o Instituto Akatu, organização sem fins lucrativos, desenvolveu ações para atuar na sensibilização e no engajamento para o consumo consciente.

De acordo com Felipe Seffrin, coordenador de comunicação da instituição, um dos principais desafios é fazer as pessoas entenderem que consumo consciente não significa deixar de consumir, mas fazer escolhas melhores para promover um impacto positivo. “Significa evitar excessos e desperdícios, repensar hábitos cotidianos e tomar consciência do nosso modo de comprar, usar e descartar produtos. Ações individuais fazem a diferença quando pensamos no coletivo”, ressalta.

DESPERDÍCIO

28%

DO DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS ocorrem depois que eles chegam às nossas casas, em parte devido a compras mal planejadas.

128,8 kg
por ano

CADA FAMÍLIA DESPERDIÇA 353 g de alimentos por dia.

41,6 kg

É O QUE CADA PESSOA JOGA FORA, em média, de alimentos anualmente.

ENTRE OS ALIMENTOS MAIS DESPERDIÇADOS ESTÃO:

- Arroz (22%)
- Carne Bovina (20%)
- Feijão (16%)
- Frango (15%)
- Hortaliças (4%)

Segundo a consultoria internacional Euromonitor, 55% dos consumidores desejam reduzir o desperdício de alimentos em 2023. É com foco nessas pessoas que a Akatu atua para impactar o público e sensibilizar sobre o assunto.

NÚMEROS DA AKATU

2022

■ **2 MIL EDUCADORES** e **11 MIL ESTUDANTES** alcançados em projetos de educação

■ **160 LIDERANÇAS COMUNITÁRIAS** formadas como multiplicadores

■ **20 MIL PESSOAS** impactadas por todo o Brasil



No Brasil, 30% dos alimentos são rejeitados por causa da aparência

É POSSÍVEL MUDAR!

Se $\frac{1}{3}$ da população diminuir pela metade o desperdício de alimentos por um ano, quase 1,5 milhão de toneladas de comida deixarão de ser descartadas. Isso é equivalente ao peso de 112 milhões de cestas básicas, o que representa uma cesta básica por mês para 9 milhões de famílias durante um ano.

COMO COMEÇAR?

Existem vários caminhos para que micro e pequenos empresários contribuam. O primeiro é identificar como é possível melhorar a gestão de produtos, alimentos, resíduos sólidos e orgânicos. Também é preciso conscientizar parceiros, fornecedores, colaboradores e clientes para todos evitem o desperdício.

CONFIRA MAIS DICAS



Compre só o necessário:

Planeje suas refeições para utilizar todos os produtos comprados.



Beleza não é tudo:

Considere comprar frutas, legumes e verduras “feios” e “fora do padrão”.



Use o alimento inteiro:

Inclua o uso de cascas, talos, sementes e folhas na alimentação diária.



Armazene corretamente:

Organize a cozinha para ver os alimentos e utilizá-los dentro da validade.



Prefira alimentos da estação:

Respeite os ciclos produtivos e diminua a necessidade de aditivos.



Frequente restaurantes que combatam o desperdício:

Adote essa prática e incentive outros a fazerem o mesmo.



Prefira alimentos *in natura*:

A produção dos industrializados causa mais impactos negativos.



Faça a compostagem:

Essa prática evita o acúmulo de materiais orgânicos em aterros sanitários.



Ensine as crianças sobre a origem dos alimentos:

Isso forma adultos mais conscientes.



Leia os rótulos:

Saiba o que você consome, evitando a ingestão de substâncias indesejadas.



Adote dietas sustentáveis:

Respeite a biodiversidade e os ecossistemas.



CONFIRA O GUIA COMPLETO AKATU



DESTINO CERTO!

Como iniciativa de combate ao desperdício de alimentos, o Assaí desenvolve o programa Destino Certo, que mapeia e realiza parcerias com instituições sociais de bancos de alimentos para doação de frutas, legumes e verduras que não estão esteticamente adequados para venda, mas que ainda podem ser consumidos com segurança. Além de já ter beneficiado quase um milhão de famílias desde 2013, o projeto evita a destinação de novos volumes para os aterros sanitários, prevenindo a sobrecarga. 🍌



Programa

DESTINO

CERTO

SAIBA MAIS
SOBRE O
PROGRAMA



ultra
act!on
all you need

Descubra o poder
de um sorriso mais saudável.



SEM
MATERIAS
PRIMAS
TOXICAS

VEGANO



Pensou em vinagre,
pensou Castelo.



ALEGRIA DO SABOR!



www.casteloalimentos.com.br

CasteloAlimentosVidaLeve

@casteloalimentos

Castelo Alimentos

Castelo Alimentos

NOVO

PANTENE

PRO-V MIRACLES



**ELIMINA A OLEOSIDADE DA RAIZ
E HIDRATA AS PONTAS**





E-BOOK
MANTENDO O ESTOQUE EM DIA - SEBRAE

Como está o estoque do seu negócio? Você sabe o que tem nele e quando precisará fazer reposições? Sabe a quantidade e o prazo de validade de cada produto? O e-book gratuito *Mantendo o Estoque em Dia*, do Sebrae, apresenta diversos tipos de estoque, fornece *checklists* e tarefas para o empreendedor fazer a organização correta dos insumos e dos produtos que precisam ficar armazenados. O material ainda ensina técnicas diferentes de gerenciamento de estoque, que podem ser aplicadas de acordo com as necessidades da empresa.

sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/cursos-online/mantendo-o-estoque-em-dia



APP INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL NA COZINHA

Embora a tecnologia ainda esteja em desenvolvimento, algumas ferramentas de inteligência artificial são fáceis de usar e facilitam o nosso dia a dia. Uma delas é o ChefGPT, que gera receitas simples ou mais elaboradas a partir dos ingredientes disponíveis na geladeira e na despensa, mas também dá ideias de pratos sofisticados, nutritivos e criativos. O ChefGPT tem um plano gratuito e pode ajudar o dono de restaurante a pensar no cardápio.

chefgpt.xyz/pt



Fotos: Divulgação



ILUMINE SUA FÉ!

www.velastresreis.com.br

ANIVERSÁRIO 49 ANOS

ASSAÍ
ATACADISTA

FESTA EM
DOBRO

2

GANHADORES
DE
1 MILHÃO

em dinheiro

2

CASAS

2 ANOS
DE COMPRAS
GRÁTIS**

2 MESES
CONCORRENDO A
PRÊMIOS
INSTANTÂNEOS
DE R\$ 100
TODOS OS DIAS

CHANCE EXTRA

com o App Meu Assaí.

Faça o seu cadastro no App Meu Assaí
e ganhe **1 chance extra** em sua primeira compra.

Participe e concorra!

ANIVERSARIOASSAI.COM.BR

Escaneie o QR Code
e baixe já o App Meu Assaí.



Promoção válida de 01/09/2023 a 31/10/2023. *Prêmios entregues em Certificado de Ours.
** Entregues como crédito no App Meu Assaí. Consulte condições de participação no site
www.aniversarioassai.com.br - Certificados de Autorização Sorbeto SRE/AM nº 04/02068/2023 e
Vale-Brinde SRE/AM nº 05/028800/2023. Imagens meramente ilustrativas.

NOSSAS LOJAS

ACRE

Assaí Rio Branco

Rod. BR-364, 1.897
Floresta Sul - Rio Branco
Tel.: (68) 3214-5600 / 3214-5601

ALAGOAS

Assaí Arapiraca

Rua Maria Genusir Soares, 308
(Rod. AL 220) - Planalto
Tel.: (82) 3522-8600 / 3522-8602

Assaí Menino Marcelo

Av. Menino Marcelo, s/n - Maceió
Tel.: (82) 3334-4269 / 3334-3949

Assaí Tabuleiro

Av. Dr. Durval de Goes Monteiro, 10.580
Tabuleiro do Martins - Maceió
Tel.: (82) 3314-6100 / 3314-6101

AMAPÁ

Assaí Macapá

Rod. Juscelino Kubitschek, Lote 03
Tel.: (96) 3203-0400 / 3203-0401

AMAZONAS

Assaí Manaus Grande Circular

Av. Autaz Mirim, 8.755 - Mutirão
Tel.: (92) 3247-2250 / 3247-2251

Assaí Manaus II

Av. Ephigênio Salles, 2.045 - Aleixo
Tel.: (92) 3643-0600 / 3643-0602

Assaí Manaus Torquato

Av. Torquato Tapajós, 2.200, Bairro Flores
Tel.: (92) 3652 - 2600 / 3652 - 2601

BAHIA

Assaí Barreiras

Av. Clériston Andrade, 1.897 - São Miguel
Tel.: (77) 3614-0750 / 3614-0751

Assaí Barris

Rua do Salete, nº 30, Barris - Salvador
Tel.: (71) 3277-3150 / 3277-3151

Assaí Cabula

Rua Silveira Martins, 3.506 - Salvador
Tel.: (71) 3194-9300 / 3194-9301

Assaí Camaçari

Av. Jorge Amado, s/n - Reserva Camassarys
Tel.: (71) 3454-0250 / 3454-0251

Assaí Cidade Baixa

Rua Luiz Régis Pacheco, 2 - Uruguai
Tel.: (71) 3316-8750 / 3316-8752

Assaí Feira de Santana

Av. Eduardo Frões Mota, s/n - Sobradinho
Tel.: (75) 3624-1432 / 3624-2948

Assaí Golf Club

Rua Genaro de Carvalho, 516 - Jd. Cajazeiras
Tel.: (71) 3282-0400 / 3282-0402

Assaí Guanambi

Rod. BR 030, 5.978 - São Sebastião
Tel.: (77) 3452-4450 / 3452-4451

Assaí Ilhéus

Estrada Una-Ilhéus, 222 - São Francisco
Tel.: (73) 3657-6650 / 3657-6651

Assaí Itapetinga

Rod. BA 263 - Recanto da Colina
(Em frente à UESB)
Tel.: (77) 3262-3501 / 3262-3502

Assaí Jequié

Av. Cesar Borges, s/n - São Judas Tadeu
Tel.: (73) 3526-7423 / 3526-7131

Assaí Juazeiro da Bahia

Av. São João, s/n - Jardim Flórida
Tel.: (74) 3614-2490 / 3614-2274

Assaí Lauro de Freitas

Av. Santos Dumont, 2.239
Itinga (Estrada do Coco)
Tel.: (71) 3289-9500 / 3289-9501

Assaí Paulo Afonso

Av. do Aeroporto (BA - 210), s/n
Jardim Bahia - Paulo Afonso
Tel.: (75) 3282-3900 / 3282-3901

Assaí Paripe

Av. Afranio Peixoto, s/n - Salvador
Tel.: (71) 3404-8450 / 3404-8451

Assaí Salvador Mussurunga

Rua Prof. Plínio Garcez de Sena, 1.240
Rótula da Santinha
Tel.: (71) 3612-6300 / 3612-6301

Assaí Senhor Do Bonfim

BR 407 - Sentido Capim Grosso
(próx. à entrada de Umburanas)
Tel.: (74) 3542-4900 / 3542-4901

Assaí Serrinha

Av. Lomanto Junior - BR 116, s/n
(Cidade Nova) Serrinha
Tel.: (75) 3261-8550 / 3261-8551

Assaí Teixeira de Freitas

Av. Pres. Getúlio Vargas, 7.887
São José, Teixeira de Freitas
Tel.: (73) 3292-2550 / 3292-2551

Assaí Tomba

Av. Eduardo Froes da Mota, 2.500
(Antes da Caixa D'Água) - Tomba
Tel.: (75) 3612-4000 / 3612-4001

Assaí Vasco da Gama

Av. Vasco da Gama, 4.049
Federação, Salvador
Tel.: (71) 3028-9651 / 3028-9652

Assaí Vitória da Conquista

Av. Anel de Contorno s/n - Felícia
Tel.: (77) 3425-0072 / 3425-0347

CEARÁ

Assaí Bezerra de Menezes

Av. Bezerra de Menezes, 571 - Fortaleza
Tel.: (85) 3533-4476

Assaí Caucaia

Rodovia BR. 222, 6.970, Bloco A - Caucaia
Tel.: (85) 3285-3739 / 3285-2966

Assaí Cidade dos Funcionários

BR 116, 501 - Fortaleza
Tel.: (85) 3251-4700 / 3251-4701

Assaí Iguatu

Avenida Perimetral, 611 (Aereias) - Iguatu
Tel.: (88) 3566-7900 / 3566-7901

Assaí Jóquei

Av. Senador Fernandes Távora, 44
Jóquei Clube, Fortaleza
Tel.: (85) 3022-9310 / 3022-9311

Assaí Juazeiro do Norte

Av. Padre Cícero, 4.400 - Juazeiro do Norte
Tel.: (88) 3571-4408 / 3571-3972

Assaí Kennedy

Av. Sargento Hermínio Sampaio, 2.965
Monte Castelo - Fortaleza
Tel.: (85) 3474-9700 / 3474-9702

Assaí Maracanaú

Av. Dr. Mendel Steinbruch, 2.770
Distrito Industrial I
Tel.: (85) 3383-5900 / 3383-5901

Assaí Mister Hull

Av. Mister Hull nº 4.300 - Fortaleza
Tel.: (85) 3099-9501 / 3099-9501

Assaí Parangaba

Av. Godofredo Maciel, 86 - Fortaleza
Tel.: (85) 3292-6416 / 3292-6422

Assaí Sobral

Rodovia BR 222, 3.668
Cidade Gerardo Cristino de Menezes
Tel.: (88) 3614-0008 / 3614-4573

Assaí Tapioqueiras

Av. Washington Soares, 10.300,
Messejana - Fortaleza
Tel.: (85) 3194-2500 / 3194-2501

Assai Washington Soares

Av. Washington Soares, 5.657 - Fortaleza
Tel.: (85) 3533-8200 / 3533-8209

DISTRITO FEDERAL**Assai Brasília SIA**

Sia Sul, s/n - Trecho 12 Lote 15
Tel.: 0800 773 2322

Assai Ceilândia

Setor M Qnm 11 - Lote 06, Mezanino 06
Mezanino - Brasília
Tel.: (61) 3581-4435 / 3581-4435

Assai Brasília Park

SMAS Trecho 03 Guarã - Brasília
Tel.: (61) 2195-2700/2195 - 2701

Assai Taguatinga

QS 9 - Rua 100, Lote 04
(Areal - Pistão Sul EPNB) Brasília
Tel.: (61) 3456-9150 / 3456-9151

Assai Taguatinga Shopping

Rua 420, QS 03, Lote 04
Região administrativa de Taguatinga
Tel.: (61) 3043-2063 / 3043-2064

ESPÍRITO SANTO**Assai Serra**

Av. Iriri, 120 - Planalto de Carapina
Serra Espírito Santo
Tel.: (27) 3067-7660 / 3067-7661

GOIÁS**Assai Anápolis**

Av. Universitária, 765 - Anápolis
Tel.: (62) 3310-8700 / 3310-8701

Assai Caldas Novas

Av. Santo Amaro, 1.697
Solar de Caldas Novas
Tel.: (64) 3454-7250 / 3454-7251

Assai Goiânia Buriti

Av. Padre Orlando Moraes, s/n - Goiânia
Tel.: (62) 3280-7205

Assai Goiânia Independência

Av. Independência, s/n
(ao lado do Parque Mutirama)
Goiânia - Setor Central
Tel.: (62) 3243-5800 - 3219-3801

Assai Goiânia Perimetral

Av. Perimetral Norte, 2.609
Setor Vila João Vaz - Goiânia
Tel.: (62) 3219-7850 - 3219-7855

Assai Goiânia Portugal

Av. Portugal, nº 744 - Goiânia
Tel.: 0800 773 2322

Assai Goiânia Av. T9

Av. T-9, s/n - Jardim Europa
Tel.: (62) 3219-8700

Assai Rio Verde

Rodovia BR 60, s/n - Perímetro Urbano
Tel.: (64) 3901-3150 / 3901-3151

Assai Valparaíso

BR 040 - Km 3 - sentido Luziânia
Tel.: (61) 3669-9850 / 3669-9851

MARANHÃO**Assai Imperatriz**

Rodovia BR 010 - Km 25 - Coco Grande
Tel.: (99) 3221-8979 / 3221-8671

Assai São Luís Guajaras

Av. Guajaras, 06 (São Bernardo)
Tel.: (98) 3133-6566 / 3133-6567

Assai São Luís Turu

Av. São Luis Rei de França, s/n - São Luís
Tel.: (98) 3131-3650

MATO GROSSO**Assai Cuiabá**

Rua Fernando Corrêa da Costa, 4.875 Coxipó
Tel.: (65) 3669-3055 / 3667-4850

Assai Jardim das Américas

Av. Fernando Corrêa da Costa, 1.255
Tel.: (65) 3618-3850 / 3618-3851

Assai Rondonópolis

Av. Presidente Médici, 4.269
Vila Birigui - Rondonópolis
Tel.: (66) 3425-2167 / 3425-2170

Assai Rondonópolis Bandeirantes

Av. Bandeirantes, 4.165 - Jd. Bela Vista
Tel.: (66) 3014 -1314 / 3014 - 1315

Assai Sinop

Av. dos Jacarandás, 4.030 Qd. 19 - Lt 999
Setor Industrial Norte
Tel.: (66) 3511-6900 / 3511-6901

Assai Várzea Grande

Av. Dom Orlando Chaves, s/n
Tel.: (65) 3685-4737 / 3685-4739

MATO GROSSO DO SUL**Assai Acrissul**

Av. Fábio Zahran, 7.919 Jardim América
Tel.: (67) 3342-0505 / 3342-6665

Assai Campo Grande Aeroporto

Av. Duque de Caxias, 3.200
(Próx. ao aeroporto) - Santo Antônio
Tel.: (67) 3368-1650 - 3368-1651

Assai Coronel Antonino

Av. Consul Assaf Trad, s/n - Campo Grande
Tel.: (67) 3354-6000

Assai Dourados

Rua Coronel Ponciano, 785 - Terra Roxa
Tel.: (67) 3416-2500 / 3416-2501

MINAS GERAIS**Assai Belvedere**

Rua Maria Luiza Santiago, 110 - Belo Horizonte
Tel.: (31) 2111-9400 / 2111-9401

Assai Betim

Av. Juiz Marco Túlio Isaac, 3.355
Parque das Indústrias, Betim
Tel.: (31) 3267-1345

Assai Contagem

Av. João César de Oliveira, 4.321
Tel.: (31) 3198-3100 / 3198-3102

Assai Ipatinga

Av. Pedro Linhares Gomes 5.765 - Ipatinga
Tel.: (31) 3828-4600 / 3828-4601

Assai Minas Shopping

Av. Cristiano Machado, 4.000
União - Belo Horizonte
Tel.: (31) 3449-8450 / 3449-8451

Assai Santa Efigênia

Av. Francisco Sales, 898 - Belo Horizonte
Tel.: (31) 3546-7340 / 3546-7341

Assai Sete Lagoas

Av. Doutor Renato Azeredo, 2.955,
Tel.: (31) 3779-6450 / 3779-6451

Assai Uberlândia

Av. Rondon Pacheco, 755 - Tabajaras
Tel.: (34) 3299-4600 / 3299-4601

PARÁ**Assai Ananindeua**

Rod. BR 167, KM 9 - 1.760
Centro Ananindeua
Tel.: (91) 3262-8350/3262-8351

Assai Batista Campos

Av. Roberto Camelier, s/n - Belém
Tel.: (91) 3210-8100 / 3210-8101

Assai Belém

Rod. Mário Covas, 69 - Coqueiro
Tel.: (91) 3284-1550 / 3284-1551

Assai Belém Almirante

Av. Almirante Barroso, 5.386
Bairro Castanheira
Tel.: 0800 773 2322

Assaí Castanhal

(BR 316) Av. Pres. Getúlio Vargas, 5.600
Jaderlândia
Tel.: (91) 3412-4652 / 3412-4651

Assaí Parauapebas

Rod. PA 275, s/n (Bairro Gleba Carajás III)
Tel.: (94) 3352-5250 / 3352-5251

Assaí Santarém

Av. Eng. Fernando Guilhon, s/n
Santarenzinho
Tel.: (93) 3524-7900 / 3524-7901

PARAÍBA

Assaí Campina Grande

Av. Assis Chateaubriand, s/n - Liberdade
Tel.: (83) 3331-2946 / 3331-1984

Assaí Campina Grande II

Av. Pref. Severino Bezerra Cabral, 1.339
Tel.: (83) 3344 -5400 / 3344-5401

Assaí João Pessoa

Rua Motorista Aldovandro Amâncio
Pereira, 51 - Ernesto Geisel - João Pessoa
Tel.: (83) 3231-4722

Assaí Cabedelo

BR 230, S/N - Parque Boa Esperança
Tel.: (83) 3194 - 0401 / 3194 - 0402

PARANÁ

Assaí Alto da XV

Av. Marechal Humberto de Alencar Castelo
Branco, 230 - Cristo Rei, Curitiba
Tel.: (41)3142-7071 / 3142-7072

Assaí Curitiba

Linha Verde - BR 116 - Pinheirinho
Tel.: (41) 3567-5350 / 3567-5351

Assaí Curitiba Atuba

BR 476 - Bairro Alto, Curitiba - PR
Tel.: (41) 3072-1900 / 3072-1901

Assaí Curitiba JK

Av. Juscelino Kubitschek de Oliveira, 2.511
CIC - Curitiba
Tel.: (41) 3279-6100 / 3279-6101

Assaí Kennedy

Av. Pres. Kennedy, 1.000 - Água Verde
Tel.: (41) 3228-9100/ 3228 -9101

Assaí Londrina

Av. Tiradentes, 4.650 - Londrina
Tel.: (43) 3357-9026 / 3357-9131

Assaí Londrina II

Av. Saul Elkind, 2.211 - Conj. Vivi Xavier
Tel.: (43) 3294 -4101 / 3294 -4102

Assaí Maringá

Rua Rubens Sebastião Marin, 1.820
Tel.: (44) 3472-3600 / 3472-3604

Assaí Maringá Seminário

Av. Colombo, 9.322 - Gleba Patrimônio
Tel.: (44) 3218-4550 / 3218-4551

PERNAMBUCO

Assaí Avenida Recife

Av. Recife, 5.777 - Jardim São Paulo
Tel.: (81) 3252-6600/3252-6601

Assaí Cabo de Santo Agostinho

Rod. PE 60, 2.520 - Garapu
Tel.: (81) 3518- 5000 / 3518-5001

Assaí Camaragibe

Av. Doutor Belminio Correia, 681
Tel.: (81) 3456-8950 / 3456-8951

Assaí Caruaru

Av. Cleto Campelo, 9 - N. Sra. das Dores
Tel.: (81) 3721-8095 / 3721-8095

Assaí Caruaru II

Av. João de Barros, s/n (Quadra 13)
Tel.: (81) 3725-6850 / 3725-6851

Assaí Garanhuns

Av. Prefeito Luiz Souto Dourado, 1.102
Severiano Moraes Filho - Garanhuns
Tel.: (87) 3762-2115 / 3763-6763

Assaí Imbiribeira

Av. Mal. Mascarenhas de Moraes, 2.180
Tel.: (81) 3497-7350 / 3497-7351

Assaí Jaboatão

Av. General Barreto de Menezes, 434
Prazeres - Jaboatão dos Guararapes
Tel.: (81) 3468-2765 / 3797-2400

Assaí Paulista

BR 101, 5.800 - Paulista
Tel.: (81) 3437-8701 / 3437-8700

Assaí Petrolina

Av. Sete de Setembro, s/n anexo área 2 a 3
Tel.: 0800 773 2322

Assaí Serra Talhada

Av. Waldemar Ignácio de Oliveira, s/n
Tel.: (87) 3929-2850 / 3929-2851

PIAUI

Assaí Parnaíba

Rodovia BR 343, 3.775 - Parnaíba
Tel.: (86) 3315-7100 / 3315-7101

Assaí Picos

Rodovia BR 316, s/n (Belo Norte) - Picos
Tel.: (89) 3415-0600 / 3415-0601

Assaí Teresina

Av. José Francisco de Almeida Neto, 1.000
Tel.: (86) 3194-1250/ 3194-1251

Assaí Raul Lopes

Av. Raul Lopes, 2.757 - Ininga - Teresina
Tel.: (86) 3026 - 8032 / 3026 - 8033

RIO DE JANEIRO

Assaí Alcântara

Rua Dr. Alfredo Becker, 605 - São Gonçalo
Tel.: (21) 3706-0343 / 2601-1414

Assaí Ayrton Senna

Av. Ayrton Senna, 6.000 - Jacarepaguá
Tel.: (21) 2110-7850 / 2110-7852

Assaí Bangu

Rua Francisco Real, 2.050
Tel.: (21) 2401-9576 / 2401-6224

Assaí Barra da Tijuca

Av. Das Américas, 900
Tel.: (21) 2483-3050 / 2483-3050

Assaí Cabo Frio

Av. América Central, 900
Tel.: (22) 2640-6450 / 2640-6451

Assaí Campinho

Rua Domingos Lopes, 195 - Madureira
Tel.: (21) 2450-2329 / 2452-2686

Assaí Campos dos Goytacazes

Av. Arthur Bernardes - Trevo do Índio
Tel.: (22) 2739-7500 / 2739-7501

Assaí Campo Grande

Estrada do Mendanha, 3.457
Tel.: (21) 3406-6968 / 3406-3811

Assaí Carioca

Av. Vicente de Carvalho, 909
Vila da Penha, Rio de Janeiro
Tel.: (21) 2169-3430 / 2169-3431

Assaí Ceasa

Av. Brasil, 19.001 - Irajá
Tel.: (21) 2473-2071 / 2471-2169

Assaí Cesário de Melo

Av. Cesário de Melo, 3.470
Campo Grande - Rio de Janeiro
Tel.: (21) 3198-1450 / 3198-1451

Assaí Cordovil

Av. Trevo das Missões, 410
Tel.: 0800 773 2322

Assaí Duque de Caxias

Av. Governador Leonel de
Moura Brizola, 2.973 - Vila Centenário
Tel.: (21) 3780-5801 / 3780-5802

Assai Freguesia

Estrada de Jacarepaguá, 7.753
Tel.: (21) 2447-8525 / 2447-6580

Assai Ilha do Governador

Av. Maestro Paulo Silva, 100 - Jd. Carioca
Tel.: (21) 3383-8589

Assai Macaé Obelisco

Av. Lacerda Agostinho, 2.175 - Virgem Santa
Tel.: (22) 2757-6050 / 2757-6051

Assai Mariz e Barros

Rua Mariz e Barros, 975 - Tijuca
Tel.: (21) 3528-1100 / 3528-1101

Assai Méier

R. Dias da Cruz, 371 (Méier)
Tel.: (21) 3296-5050 / 3296-5051

Assai Mendanha

Estrada do Mendanha, 3.457
Campo Grande
Tel.: (21) 3406-6968 / 3406-3889

Assai Nilópolis

Av. Getúlio de Moura, 1.983 - Centro
Tel.: (21) 2691-1972 / 2691-3696

Assai Niterói

Rua Benjamin Constant, 263 - Largo do Barradas
Tel.: (21) 2625-6526

Assai Niterói Ponte

Rua Pres.Castelo Branco 161
Tel.: (21) 3620-9980 / 3620-9981

Assai Nova Iguaçu

Rua Marechal Floriano Peixoto, 1.448
Tel.: (21) 3770-9175 / 3770-9145

Assai Nova Iguaçu Via Light

Av. Tancredo Neves, 3.424
Tel.: (21) 2882-3450 / 2882-3451

Assai Petrópolis

Estrada União e Indústria, 870
Tel.: (24) 2232-5500 / 2232-5501

Assai Pilares

Av. Dom Hélder Câmara, 6.350
(Próximo à saída 4 da Linha Amarela)
Tel.: (21) 3315-7200

Assai Raul Veiga

Estrada Raul Veiga 243 - Alcântara - São Gonçalo
Tel.: (21) 3856-9090 / 3856-9091

Assai Rio Dutra

Rodovia Presidente Dutra, 10.521
(Bairro Industrial) - Mesquita/RJ
Tel.: (21) 2797-1550 / 2797-1551

Assai Sabão Português

Av. Brasil, 2.251, São Cristóvão
Tel.: (21) 3295-2150 / 3295-2151

Assai Santa Cruz

Av. Padre Guilherme Decaminada, 2.385
Tel.: (21) 3198-1950 / 3198-1951

Assai São Gonçalo

R. Doutor Alberto Torres, S/N
Tel.: 2728-1150 / 2728-1151

Assai São Gonçalo Centro

Av. Presidente Kennedy, 429
Tel.: (21) 2169-3400 / 2169-3401

Assai São João de Meriti

Rod. Presidente Dutra, 4.301
Jardim José Bonifácio
Tel.: (21) 2757-5950 / 2757-5951

Assai Tijuca

Rua Uruguai, 329 - Rio de Janeiro
Tel.: (21) 2238-1323

Assai Tribobó

Av. Fued Moises, 114 - São Gonçalo
Tel.: (21) 2702-8300 / 2702-8301

RIO GRANDE DO NORTE**Assai Natal**

Av. Dão Silveira, s/n
Pitimbu - Natal
Tel.: (84) 3218-9324 / 3218-5529

Assai São Gonçalo do Amarante

Av. Bacharel Tomaz Landim, s/n
Tel.: (84) 3674-8450 / 3674-8452

RONDÔNIA**Assai Porto Velho**

Rua da Beira, 6.881 - Lagoa
Tel.: (69) 3216-2300 / 3216-2301

Assai Porto Velho Imigrantes

Av. dos Imigrantes, 4.045
Tel.: (69) 3216-6900

RORAIMA**Assai Boa Vista**

Av. Brasil, 616 (BR 174) - Boa Vista
Tel.: (95) 3194-1400 / 3194-1401

SÃO PAULO**Grande São Paulo****Assai Águia de Haia**

Av. Águia de Haia, 2.636 - Parque das Paineiras
Tel.: (11) 2046-6220

Assai Anhanguera

Rua Samuel Klabin, 193 - Vila Aliança
Tel.: (11) 3839-8100 / 3839-8101

Assai Aricanduva

Av. Aricanduva, 5.555 - Aricanduva
Tel.: (11) 2723-2350 / 2723-2351

Assai Bala Juquinha

Av. dos Estados, 1.155 - Parque Central
Tel.: (11) 4976-9800 / 4976-9801

Assai Barra Funda

Av. Marquês de São Vicente, 1.354 - São Paulo
Tel.: (11) 3611-1658

Assai Carapicuíba

Av. Desembargador Dr. Eduardo Cunha
de Abreu, 1.455 - Vila Municipal - Carapicuíba
Tel.: (11) 4189-9601 / 4189-9602

Assai Casa Verde

Av. Engenheiro Caetano Álvares, 1.927
Tel.: (11) 3411-5262 / 3411-5250

Assai Cidade Dutra

Av. Senador Teotônio Vilela, 2.926
Jardim Iporanga - Cidade Dutra
Tel.: (11) 5970-5901

Assai Cotia

Estrada do Embú, 162 - Jd. Torino - Cotia
Tel.: (11) 2159-4650 / 2159-4655

Assai Guarulhos Centro

Av. Antônio de Souza, 300 - Jd. Santa Francisca
Tel.: (11) 2087-4090 / 2087-4091

Assai Guarulhos Dutra

Av. Aniello Praticci, 494 - Jd. Santa Francisca
Tel.: (11) 3411-5700 / 3411-5706

Assai Guarulhos Jamil João Zarif

Av. Jamil João Zarif, 689 - Jd. Santa Vicência
Tel.: (11) 2402-8950 / 2402-8951

Assai Embu das Artes

Av. Elias Yazbek, 1.183 - Centro
Tel.: (11) 4778-9600 / 4778-9601

Assai Fernão Dias

Rodovia Fernão Dias, s/n, km 86,4
Tel.: (11) 2242-4668 / 2242-4123

Assai Franco da Rocha

Rod. Luiz Salomão Chama, S/n
Quadra gleba B Lote área 08 B
Tel.: (11) 4934-5780 / 4934-5781

Assai Freguesia do Ó

Av. Nossa Senhora do Ó, 1.759 - Vila Albertina
Tel.: (11) 3933-3300 / 3933-3301

Assai Giovanni Pirelli

Rua Giovanni Battista Pirelli, 1.221
Santo André
Tel.: (11) 4458-0904 / 4458-2828

Assaí Guaianases

Estrada Dom João Nery, 4.031 - São Paulo
Tel.: (11) 3052-1349 / 3052-1347

Assaí Guaianases Estação

Estrada Itaquera Guaianazes, 2.671
Tel.: (11) 2551-7500 / 2551-7501

Assaí Jandira

Av. Alziro Soares, 20
(próximo à estação Jardim Silveira)
Tel.: (11) 4772-1400 / 4772-1401

Assaí Interlagos

Av. Sarg. Geraldo Sant'Ana, 1.491
Tel.: (11) 5541-3500 / 5541-3501

Assaí Itaquera

Av. Sylvio Torres, 190 - São Paulo
Tel.: (11) 3544-6482 / 3544-6450

Assaí Jabaquara

Rua Taquaruçu, 79 - São Paulo
Tel.: (11) 5011-5673 Ramal 19

Assaí Jaçanã

Av. Luís Stamatis, 35 - São Paulo
Tel.: (11) 3544-6550

Assaí Jacu Pêssego

Av. Jacu Pêssego, 750 - São Paulo
Tel.: (11) 2523-9360 / 2523-9361

Assaí Jaguaré

Av. Jaguaré, 925 - São Paulo
Tel.: (11) 3714-6815 / 3714-1357

Assaí Jaraguá/Taipas

Av. Raimundo Pereira de Magalhães, 10.535
Tel.: (11) 3944-6801 / 3944-6802

Assaí João Dias

Av. Guido Caloi, 25 - São Paulo
Tel.: (11) 2755-7555 / 2755-7556

Assaí Marginal Tietê - Tatuapé

Rua Ulisses Cruz, 993 - Lote A - São Paulo
Tel.: (11) 2095-8100 / 2095-8101

Assaí Mauá

Av. Antônia Rosa Fioravante, 3.270
Tel.: (11) 4544-0900 / 4544-0901

Assaí Mooca

Rua Javari, 403
Tel.: (11) 2081-6360 / 2081-6361

Assaí Nações Unidas

Av. das Nações Unidas, 22.777
Tel.: (11) 3795-8700 / 3795-8701

Assaí Nordestina

Av. Nordestina, 3.077 - São Paulo
Tel.: (11) 2928-4651 / 2928-4650

Assaí Osasco

Av. dos Autonomistas, 1.687 - Vila Yara
Tel.: (11) 3411-5600 / 3411 5611

Assaí Penha Tiquatira

Av. São Miguel, 962 - Vila Marieta
Tel.: (11) 2793-2500 / 2793-2501

Assaí Pirajussara

Av. Ibirama, s/n - Taboão da Serra
Tel.: (11) 4138-1580 / 4138-1044

Assaí Raposo Tavares

Av. Marechal Fiuza de Castro, 239
Jardim Pinheiros
Tel.: (11) 3732-3100 / 3732- 3101

Assaí Ribeirão Pires

Av. Francisco Monteiro, 1.941
Tel.: (11) 4825-1995

Assaí Santa Catarina

Av. Santa Catarina, 1.672
Tel.: (11) 5671-8501 / 5671-8502

Assaí São Mateus

Av. Ragueb Chohfi, 58 - São Paulo
Tel.: (11) 2010-1200 / 2010-1201

Assaí São Miguel

Av. Marechal Tito, 1.300 - São Paulo
Tel.: (11) 3411-5300 / 3411-5311

Assaí São Miguel II

Av. São Miguel, 6.818 - Vila Norma
Tel.: (11) 2030-2351 / (11) 2030-2352

Assaí Sapopemba

Av. Sapopemba, 9.250 - São Paulo
Tel.: (11) 2197-1500

Assaí Sezefredo Fagundes

Av. Coronel Sezefredo Fagundes, 535
Tucuruvi
Tel.: (11) 2262-9830 / 2262-9831

Assaí Taboão da Serra

Av. Felício Barutti, 3.040 - Jardim Mirna
Tel.: (11) 4771-8547 / 4771-8711

Assaí Tatuapé

Av. Condessa Elisabete de Robiano, 2.176/2.186
Tel.: (11) 3411-5450 / 3411-5460

Assaí Teotônio Vilela

Av. Senador Teotônio Vilela, 8.765
Jd. Casa
Tel.: (11) 5922-9300 / 5922-9301

Assaí Vila Carrão

Rua Manilha, 42 - Vila Carrão
Tel.: (11) 3411-5155 / 2295-8847

Assaí Vila Luzita

Av. Capitão Mario Toledo de Camargo, s/n
Vila Luzita - Santo André
Tel.: (11) 4452-7901 / 4452-7902

Alto Tietê

Assaí Brás Cubas

Av. Henrique Peres, 1.330 - Mogi das Cruzes
Tel.: (11) 4738-7300 / 4738-7301

Assaí Itaquaquecetuba

Estrada São Paulo - Mogi, 3.810
Tel.: (11) 4642-9611 / 4642-5681

Assaí Mogi das Cruzes

Rua José Meloni, 998 - Mogi das Cruzes
Tel.: (11) 4790-6092 / 4790-610

Assaí Mogilar

Av. Prefeito Carlos Ferreira Lopes, 600
Vila Mogilar, Mogi das Cruzes
Tel.: (11) 4699-8200 / 4699-8201

Assaí Suzano

Rua Prudente de Moraes, 1.751 - Suzano
Tel.: (11) 4741-1211 / 4741-1577

Assaí Vila Sônia

Av. Prof. Francisco Morato, 4.367 - São Paulo
Tel.: (11) 3411-5550 / 3411-5556

ABCD Paulista

Assaí Diadema

Av. Piraporinha, 1.144 - Vila Nogueira
Tel.: (11) 4070-8701 / 4070-8702

Assaí São Bernardo do Campo

Av. Piraporinha, 680 - Planalto
Tel.: (11) 3411-5650 / 3411-5662

Assaí São Bernardo Anchieta

Av. do Taboão, 574 - São Bernardo do Campo
Tel.: (11) 4362-8600

Assaí São Caetano do Sul

Rua Senador Vergueiro, 428
Tel.: (11) 4224-2853 / 4224-2150

Assaí Santo André

Rua Visconde de Taunay, 216
Tel.: (11) 3468-4702 / 3468-4700

Assaí Santo André Pereira Barreto

Av. Pereira Barreto, 2.444 - Jd. Bom Pastor
Tel.: (11) 4422-9360

Litoral (SP)

Assaí Caraguatatuba

Av. Prisciliana de Castilho, 840 - Caputera
Tel.: (12) 3897-5614 / 3897-5600

Assaí PG Litoral Plaza

Av. Ayrton Senna da Silva, 1.511 - Tude Bastos
Tel.: (13) 3473-6686 / 3473-7524

NOVA LINHA
bozzano

DESTAQUE SEU ESTILO.

BOZZANO TEM UMA LINHA COMPLETA
DE PRODUTOS MASCULINOS
PARA VOCÊ MOSTRAR SEU ESTILO
AUTÊNTICO COM CONFIANÇA.



b
bozzano
ser você é sua beleza

Assai Praia Grande

Presidente Kennedy, 9.271 - Emboacá
Tel.: (13) 3471-8475 / 3471-8475

Assai Praia Grande II

Av. Min. Marcos Freire, s/n
(entre túneis 18 e 19) - Glória
Tel.: (13) 3596-9501 / 3596-9502

Assai Santos

Av. Nossa Senhora de Fátima, 50 - Sabão
Tel.: (13) 3296-2100

Assai Santos Ana Costa

Av. Ana Costa, 340 - Tronco Chave
Tel.: (13) 3519-3800 / 3519-3802

Assai São Vicente

Av. Antonio Emmerich, 245
Próximo ao 2º BC - São Vicente
Tel.: (13) 3569-1920 / 3569-1921

Interior (SP)

Assai Amoreiras

Av. Ruy Rodrigues, 1.400
Campinas
Tel.: (19) 3223-2877

Assai Araraquara

Av. José Bonifácio, 483 - Centro
Tel.: (16) 3311-3300 / 3311-3301

Assai Araçatuba

Rua Waldemar Alves, 230 - São Vicente
Tel.: (18) 3636-4270 / 3636-4271

Assai Bauru

Av. Nações Unidas, s/n - Quadra 06
Tel.: (14) 3222-4152 / 3212-4605

Assai Campinas

Av. Senador Saraiva, 835
Tel.: (19) 3274-3100 / 3274-3101

Assai Campinas Abolição

Rua da Abolição, 2.013
Tel.: (19) 3274-3100 / 3779-3501

Assai Hortolândia

Rua Luiz Camilo de Camargo, 1.015
Tel.: (19) 3809-9200 / 3809-9201

Assai Indaiatuba

Av. Francisco de Paula Leite, 2.242
Tel.: (19) 3816-9800 / 3816-9801

Assai Itatiba

Av. Luiz Emmanoel Bianchi, 120
Tel.: (11) 4524-2900 / 4524-9901

Assai Jundiá

Rua Quinze de Novembro, 430 - Jundiá
Tel.: (11) 2136-0406 / 2136-0405

Assai Jundiá Ferroviários

Av. União dos Ferroviários, 2.940 - Jundiá
Tel.: (011) 4527-6500 / 4527 - 6501

Assai Limeira

Rua José Bonifácio, 149 - Limeira
Tel.: (19) 2114-9850

Assai Limeira Anel Viário

Via Antonio Cruanes Filho, 4.750
Jd. Colinas São João - Limeira
Tel.: (19) 3404-1630 / 3404-1631

Assai Paulínia

Av. José Paulino, 2.600 - Jd. América
Tel.: (19) 3833-0760 / 3833-0761

Assai Piracicaba

Rua Regente Feijó, 823 - Centro
Tel.: (19) 3436-6400 / 3436-6401

Assai Piracicaba Nova América

Av. Antônio Fazanaro, 95
Tel.: (19) 3401-2100 / 3401-2101

Assai Presidente Prudente

Av. Joaquim Constantino, 3.025
Tel.: (18) 3908-4449 / 3908-4417

Assai Ribeirão Preto

Av. Presidente Castelo Branco, 2.395
Tel.: (16) 3211-5706 / 3211-5700

Assai Ribeirão Preto Imigrantes

Av. Presidente Castelo Branco, 50,
Jardim Palma Travassos
Tel.: (16) 3968-6200

Assai Ribeirão Preto Rotatória

Av. Treze de Maio, 92 - Ribeirão Preto
Tel.: (16) 3624-8654 / 3624-8651

Assai Ribeirão Preto Vargas

Av. Pres. Vargas, 1.617 - Ribeirão Preto
Tel.: (16) 3913-8300 / 3913-8301

Assai Rio Claro

Av. Tancredo Neves, 450 - Rio Claro
Tel.: (19) 2111-2157 / 2111-2151

Assai Santa Bárbara do Oeste

Rua da Agricultura, 1.258
Tel.: (19) 3459-9550 / 3459 -9552

Assai São José dos Campos

Av. Dr. Sebastião Henrique da Cunha
Pontes, 4.600 - São José dos Campos
Tel.: (12) 3570-0121 / 3570-0122

Assai Sorocaba

Rodovia Raposo Tavares, s/n
Vila Artura
Tel.: (15) 3388-3000 / 3388-3006

Assai Sorocaba Itavuvu

Av. Itavuvu, 1.766 - Sorocaba
Tel.: (11) 3239-3204

Assai Sorocaba Santa Rosália

Rua Maria Cinto Biaggi, 164
Tel.: 0800 773 2322

Assai Taubaté

Av. Dom Pedro I, 630 E (Terra Nova)
Tel.: (12) 3625-3550 / 3625-3551

SERGIPE

Assai Adélia Franco

Av. Adélia Franco, 3.735 - Aracaju
Tel.: (79) 3304-0270 / 3304-0272

Assai Aracaju

Rua Simeão Aguiar, 430 - José
Conrado de Araújo - Aracaju
Tel.: (79) 3209-8000 / 3209-8001

Assai Aracaju II

Av. Melício Machado, 240
(Zona de Expansão) - Aracaju
Tel.: (79) 3249-8500 / 3249-8501

Assai Itabaiana

Av. Eduardo Paixão Rocha, 1.667
Porto - Itabaiana
Tel.: (79) 3432-9250 / 3432-9252

Assai Nossa Senhora do Socorro

Av. Industrial Carlos Barreto, s/n, Quadra 2, Cj.
João Alves Filho Distrito
Nossa Senhora do Socorro
Tel.: (79) 3279-3550 / 3279-3551

TOCANTINS

Assai Palmas

Av. Joaquim Teotônio Segurado, s/n
(Plano Diretor Expansão Sul) - Palmas
Tel.: (63) 3228-2900 / 3228-2901

Assai Parque Cesamar

Quadra 402 Sul, Av NS 2, lote 1
Plano Diretor Sul, Palmas
Tel.: (63) 3214-2418



**Confira a lista completa
de lojas também no site
assai.com.br/nossaslojas**

Desenrola com Dover Roll



RECICLADO

Sacos reforçados, com fita para amarrar e uso em porta-rolos.



Banheiro & Pia

Criado especialmente para as cestinhas menores usadas nos banheiros e na pia/cozinha.



O melhor e mais sustentável Saco para Lixo do Brasil

Siga nossos perfis nas redes sociais:



Seu dia
pede
Sadia

