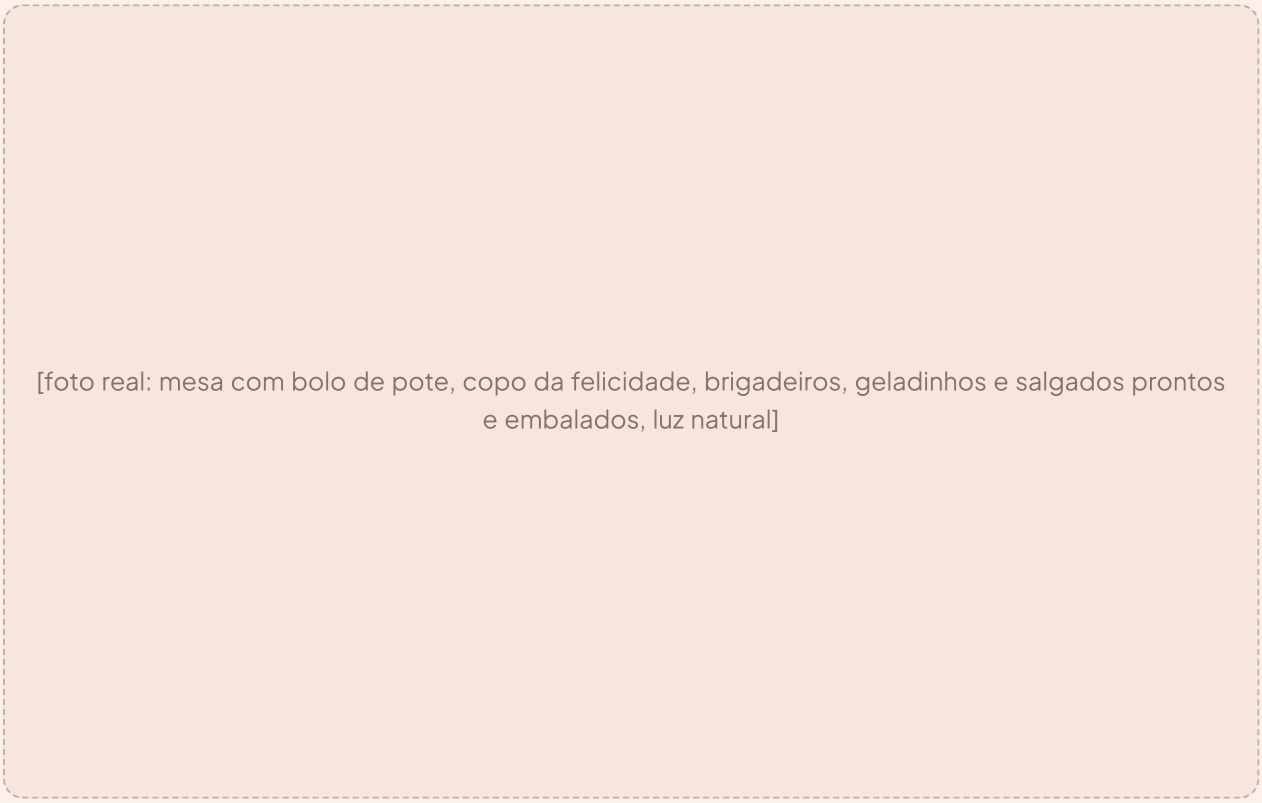
RECEITAS CAMPEÃS

Receitas Campeãs · Geladinhos e gelados

Grupo 4 de 6: 5 fichas técnicas com 3 sabores e cardápio pronto



Material em PDF para ler no celular ou imprimir. Preços e regras de referência conferidos em 03/11/2026. Produto educativo: não promete renda nem resultado de vendas.

Como usar as Receitas Campeãs

As 30 receitas dos produtos que mais aparecem à venda, com ficha técnica completa, 3 sabores para cada uma e cardápio pronto.

- **Escolha pelo grupo** da ideia que você escolheu no guia. Comece por 1 receita.
- **Faça a receita-base primeiro**, igual à ficha. Só depois troque sabores.
- **Leia "Ponto certo e erros comuns"** antes de começar: é onde a maioria dos primeiros lotes dá errado.
- **Confira a validade** e a forma de guardar de cada receita. Elas seguem a Portaria CVS 5/2013 (SP) como referência.
- **Faça as contas com os seus preços** na Planilha Preço Certo (se você comprou) ou na tabela de cada ficha.

No final de cada grupo há um **cardápio pronto** para imprimir ou mandar no status.

> Produto educativo. Não garantimos renda nem resultado de vendas: o que você vende depende do seu preço, da sua região, do seu tempo e de quantas pessoas você alcança. Consulte as regras da vigilância sanitária do seu município.

Sumário

Grupo	Receitas
Geladinhos e gelados	Geladinho gourmet, Sacolé de fruta, Picolé gourmet, Paleta mexicana, Sorvete caseiro em pote

GRUPO 4

Geladinhos e gelados

Geladinho gourmet, Sacolé de fruta, Picolé gourmet, Paleta mexicana, Sorvete caseiro em pote.

[foto real: produtos do grupo geladinhos e gelados lado a lado]

Geladinho gourmet

Geladinho cremoso de leite ninho com morango, feito com base cozida.

[foto real: geladinho gourmet pronto, embalado, luz natural]

Rende 15 geladinhos de 120 ml **Porção: 120 ml** **Custo por unidade: R$ 2,14*** **Preço sugerido: R$ 4,50 a R$ 6,50***

Tempo: cerca de 40 min + 8 h de freezer

Ficha técnica: ingredientes e custo

Ingrediente (pacote de referência)	Quantidade	Preço do pacote	Custo
Leite integral 1 L	1 L	R$ 4,45	R$ 4,45
Leite condensado 395 g	395 g	R$ 4,89	R$ 4,89
Creme de leite 200 g	200 g	R$ 2,59	R$ 2,59
Leite em pó integral 400 g	100 g	R$ 15,95	R$ 3,99
Amido de milho 500 g	20 g	R$ 8,25	R$ 0,33
Morango (bandeja 200 g)	200 g	R$ 14,90	R$ 14,90
Saco para geladinho (100 un,) (por unidade)	1		R$ 0,07
Custo do lote ÷ 15 + embalagem		**lote R$ 31,15**	**R$ 2,14/un.**

Modo de preparo

1. Cozinhe leite, leite condensado, leite em pó e amido até engrossar levemente.
2. Desligue, junte o creme de leite e esfrie.
3. Pique os morangos.
4. Encha os saquinhos com funil, alternando creme e morango.
5. Amarre e congele por 8 horas.

*Preços de referência coletados em 03/11/2026 (fontes no final). Custo sem gás, energia e mão de obra; o preço sugerido (custo × 2 a × 3) existe para cobrir isso. Estimativa, não garantia de ganho.

Ponto certo e erros comuns

- Geladinho com cristais de gelo: a base estava rala. Cozinhe com o amido até engrossar levemente.
- Encha os saquinhos com a base fria e use funil.
- Amarre com um nó firme e congele deitado, em camadas.

Validade e conservação

Até 90 dias no freezer a -18 °C ou menos (Portaria CVS 5/2013). O guia recomenda vender em até 2 meses.

Montagem e embalagem

Saco próprio para geladinho, etiqueta com sabor e validade. Sempre no freezer.

3 sabores para o seu cardápio

Mesma técnica da receita-base, com a troca indicada. Faça um lote teste de cada sabor antes de vender.

Geladinho gourmet: Ninho com creme de avelã

Alterne a base com colheradas de creme de avelã no saquinho.

O que muda na receita-base: sem morango; + 150 g de creme de avelã.

Lote: R$ 32,06 · **Custo por unidade:** R$ 2,20 · **Preço sugerido:** R$ 4,50 a R$ 7,00

[foto real: geladinho gourmet sabor ninho com creme de avelã]

Geladinho gourmet: Paçoca

Bata 150 g de paçoca com a base fria.

O que muda na receita-base: sem morango; + 150 g de paçoca.

Lote: R$ 23,74 · **Custo por unidade:** R$ 1,65 · **Preço sugerido:** R$ 3,50 a R$ 5,00

[foto real: geladinho gourmet sabor paçoca]

Geladinho gourmet: Maracujá

Junte o suco coado de 3 maracujás à base fria.

O que muda na receita-base: sem morango; + 500 g de maracujá.

Lote: R$ 25,70 · **Custo por unidade:** R$ 1,78 · **Preço sugerido:** R$ 4,00 a R$ 5,50

[foto real: geladinho gourmet sabor maracujá]

Receita-base de domínio comum, escrita para este material, sem ovo cru. Prazos de geladeira e freezer conferidos com a Portaria CVS 5/2013 (SP), art. 34. Siga também as regras da sua prefeitura.

Sacolé de fruta

Sacolé de polpa de fruta, barato e refrescante.

[foto real: sacolé de fruta pronto, embalado, luz natural]

Rende 15 sacolés de 100 ml **Porção: 100 ml** **Custo por unidade: R$ 1,66*** **Preço sugerido: R$ 3,50 a R$ 5,00***

Tempo: cerca de 20 min + 6 h de freezer

Ficha técnica: ingredientes e custo

Ingrediente (pacote de referência)	Quantidade	Preço do pacote	Custo
Polpa de fruta 100 g	500 g	R$ 4,65	R$ 23,25
Açúcar refinado 1 kg	200 g	R$ 3,45	R$ 0,69
Saco para geladinho (100 un,) (por unidade)	1		R$ 0,07
Custo do lote ÷ 15 + embalagem		**lote R$ 23,94**	**R$ 1,66/un.**

Modo de preparo

1. Bata as polpas com o açúcar e 1 litro de água filtrada.
2. Prove e ajuste o açúcar.
3. Encha os saquinhos com funil.
4. Amarre e congele por 6 horas.

*Preços de referência coletados em 03/11/2026 (fontes no final). Custo sem gás, energia e mão de obra; o preço sugerido (custo × 2 a × 3) existe para cobrir isso. Estimativa, não garantia de ganho.

Ponto certo e erros comuns

- Use água filtrada ou fervida e fria.
- Prove antes de encher: congelado, o doce parece mais fraco. A base deve ficar um pouco mais doce do que você gosta.
- Polpa congelada: descongele na geladeira, nunca fora dela.

Validade e conservação

Até 90 dias no freezer a -18 °C ou menos (Portaria CVS 5/2013).

Montagem e embalagem

Saco para geladinho bem amarrado, etiqueta com sabor.

3 sabores para o seu cardápio

Mesma técnica da receita-base, com a troca indicada. Faça um lote teste de cada sabor antes de vender.

Sacolé de fruta: Limão

Troque a polpa pelo suco de cerca de 8 limões (150 ml) e 1 litro de água.

O que muda na receita-base: sem polpa de fruta; + 400 g de suco de limão.

Lote: R$ 5,83 · **Custo por unidade:** R$ 0,45 · **Preço sugerido:** R$ 0,90 a R$ 1,40

[foto real: sacolé de fruta sabor limão]

Sacolé de fruta: Uva

Use 500 g de polpa de uva no lugar da polpa da receita-base (mesmo custo).

O que muda na receita-base: mesmos ingredientes.

Lote: R$ 23,94 · **Custo por unidade:** R$ 1,66 · **Preço sugerido:** R$ 3,50 a R$ 5,00

[foto real: sacolé de fruta sabor uva]

Sacolé de fruta: Coco

Bata leite de coco, coco ralado, leite e açúcar. Fica cremoso.

O que muda na receita-base: sem polpa de fruta; + 200 ml de leite de coco; + 100 g de coco ralado; + 500 ml de leite integral.

Lote: R$ 15,56 · **Custo por unidade:** R$ 1,10 · **Preço sugerido:** R$ 2,20 a R$ 3,50

[foto real: sacolé de fruta sabor coco]

Receita-base de domínio comum, escrita para este material, sem ovo cru. Prazos de geladeira e freezer conferidos com a Portaria CVS 5/2013 (SP), art. 34. Siga também as regras da sua prefeitura.

Picolé gourmet

Picolé cremoso de chocolate com casquinha de chocolate, feito em forma de picolé.

[foto real: picolé gourmet pronto, embalado, luz natural]

Rende 12 picolés de 90 ml **Porção: 90 ml** **Custo por unidade: R$ 1,80*** **Preço sugerido: R$ 4,00 a R$ 5,50***

Tempo: cerca de 40 min + 8 h de freezer

Ficha técnica: ingredientes e custo

Ingrediente (pacote de referência)	Quantidade	Preço do pacote	Custo
Leite integral 1 L	500 ml	R$ 4,45	R$ 2,23
Leite condensado 395 g	395 g	R$ 4,89	R$ 4,89
Creme de leite 200 g	200 g	R$ 2,59	R$ 2,59
Amido de milho 500 g	20 g	R$ 8,25	R$ 0,33
Chocolate em pó 50% 200 g	30 g	R$ 13,90	R$ 2,08
Cobertura fracionada ao leite 1 kg	300 g	R$ 24,62	R$ 7,39
Saco para geladinho (100 un,) (por unidade)	1		R$ 0,07
Palito de picolé (50 un,) (por unidade)	1		R$ 0,11
Custo do lote ÷ 12 + embalagem		**lote R$ 19,51**	**R$ 1,80/un.**

Modo de preparo

1. Cozinhe leite, leite condensado, amido e chocolate até engrossar.
2. Desligue, junte o creme de leite e esfrie.
3. Encha as formas de picolé, coloque os palitos e congele 8 horas.
4. Desenforme e mergulhe na cobertura derretida.
5. Embale e volte ao freezer.

*Preços de referência coletados em 03/11/2026 (fontes no final). Custo sem gás, energia e mão de obra; o preço sugerido (custo × 2 a × 3) existe para cobrir isso. Estimativa, não garantia de ganho.

Ponto certo e erros comuns

- Desenforme passando a forma rapidamente em água morna.
- Banhe na cobertura com o picolé bem congelado: a casca seca em segundos.
- Volte ao freezer logo depois de embalar.

Validade e conservação

Até 90 dias no freezer a -18 °C ou menos (Portaria CVS 5/2013).

Montagem e embalagem

Palito de madeira e saco individual. Etiqueta com sabor.

3 sabores para o seu cardápio

Mesma técnica da receita-base, com a troca indicada. Faça um lote teste de cada sabor antes de vender.

Picolé gourmet: Ninho com morango

Base branca com 60 g de leite em pó e pedaços de morango na forma.

O que muda na receita-base: sem chocolate em pó; + 60 g de leite em pó; + 200 g de morango.

Lote: R$ 34,71 · **Custo por unidade:** R$ 3,07 · **Preço sugerido:** R$ 6,50 a R$ 9,50

[foto real: picolé gourmet sabor ninho com morango]

Picolé gourmet: Coco

Base branca com coco ralado e leite de coco.

O que muda na receita-base: sem chocolate em pó; + 100 g de coco ralado; + 200 ml de leite de coco.

Lote: R$ 30,06 · **Custo por unidade:** R$ 2,68 · **Preço sugerido:** R$ 5,50 a R$ 8,50

[foto real: picolé gourmet sabor coco]

Picolé gourmet: Maracujá

Base branca com o suco coado de 3 maracujás, juntado depois de fria.

O que muda na receita-base: sem chocolate em pó; + 500 g de maracujá.

Lote: R$ 26,87 · **Custo por unidade:** R$ 2,42 · **Preço sugerido:** R$ 5,00 a R$ 7,50

[foto real: picolé gourmet sabor maracujá]

Receita-base de domínio comum, escrita para este material, sem ovo cru. Prazos de geladeira e freezer conferidos com a Portaria CVS 5/2013 (SP), art. 34. Siga também as regras da sua prefeitura.

Paleta mexicana

Paleta cremosa de morango recheada com doce de leite.

[foto real: paleta mexicana pronto, embalado, luz natural]

Rende 10 paletas de 100 ml **Porção: 100 ml** **Custo por unidade: R$ 4,74*** **Preço sugerido: R$ 9,50 a R$ 14,50***

Tempo: cerca de 30 min + 10 h de freezer

Ficha técnica: ingredientes e custo

Ingrediente (pacote de referência)	Quantidade	Preço do pacote	Custo
Leite integral 1 L	300 ml	R$ 4,45	R$ 1,33
Leite condensado 395 g	395 g	R$ 4,89	R$ 4,89
Creme de leite 200 g	200 g	R$ 2,59	R$ 2,59
Morango (bandeja 200 g)	400 g	R$ 14,90	R$ 29,80
Doce de leite 400 g	200 g	R$ 13,95	R$ 6,97
Saco para geladinho (100 un,) (por unidade)	1		R$ 0,07
Palito de picolé (50 un,) (por unidade)	1		R$ 0,11
Custo do lote ÷ 10 + embalagem		**lote R$ 45,59**	**R$ 4,74/un.**

Modo de preparo

1. Bata leite, leite condensado, creme de leite e metade dos morangos.
2. Coloque pedaços do restante dos morangos na forma de paleta.
3. Encha até a metade, coloque uma colher de doce de leite e complete.
4. Coloque o palito e congele 10 horas.
5. Desenforme e embale.

*Preços de referência coletados em 03/11/2026 (fontes no final). Custo sem gás, energia e mão de obra; o preço sugerido (custo × 2 a × 3) existe para cobrir isso. Estimativa, não garantia de ganho.

Ponto certo e erros comuns

- Recheio no meio: encha a forma até a metade, congele 1 hora, coloque o recheio e complete.
- Pedaços de fruta encostados na parede da forma deixam a paleta bonita.
- Desenforme com água morna por fora da forma.

Validade e conservação

Até 90 dias no freezer a -18 °C ou menos (Portaria CVS 5/2013).

Montagem e embalagem

Saco individual e palito. Mostre o recheio na foto.

3 sabores para o seu cardápio

Mesma técnica da receita-base, com a troca indicada. Faça um lote teste de cada sabor antes de vender.

Paleta mexicana: Ninho com creme de avelã

Base branca com leite em pó e recheio de creme de avelã.

O que muda na receita-base: sem morango; sem doce de leite; + 80 g de leite em pó; + 150 g de creme de avelã.

Lote: R$ 27,82 · **Custo por unidade:** R$ 2,96 · **Preço sugerido:** R$ 6,00 a R$ 9,00

[foto real: paleta mexicana sabor ninho com creme de avelã]

Paleta mexicana: Limão

Base com o suco e as raspas de 4 limões, sem recheio.

O que muda na receita-base: sem morango; sem doce de leite; + 300 g de suco de limão.

Lote: R$ 12,67 · **Custo por unidade:** R$ 1,44 · **Preço sugerido:** R$ 2,90 a R$ 4,50

[foto real: paleta mexicana sabor limão]

Paleta mexicana: Coco

Base com coco ralado e leite de coco.

O que muda na receita-base: sem morango; sem doce de leite; + 100 g de coco ralado; + 200 ml de leite de coco.

Lote: R$ 21,46 · **Custo por unidade:** R$ 2,32 · **Preço sugerido:** R$ 5,00 a R$ 7,00

[foto real: paleta mexicana sabor coco]

Receita-base de domínio comum, escrita para este material, sem ovo cru. Prazos de geladeira e freezer conferidos com a Portaria CVS 5/2013 (SP), art. 34. Siga também as regras da sua prefeitura.

Sorvete caseiro em pote

Sorvete de creme cremoso feito com base cozida, em pote de 500 ml.

[foto real: sorvete caseiro em pote pronto, embalado, luz natural]

Rende 4 potes de 500 ml **Porção: 500 ml** **Custo por unidade: R$ 4,70*** **Preço sugerido: R$ 9,50 a R$ 14,50***

Tempo: cerca de 40 min + 9 h de freezer

Ficha técnica: ingredientes e custo

Ingrediente (pacote de referência)	Quantidade	Preço do pacote	Custo
Leite integral 1 L	1 L	R$ 4,45	R$ 4,45
Leite condensado 395 g	395 g	R$ 4,89	R$ 4,89
Creme de leite 200 g	400 g	R$ 2,59	R$ 5,18
Amido de milho 500 g	30 g	R$ 8,25	R$ 0,49
Açúcar refinado 1 kg	100 g	R$ 3,45	R$ 0,35
Essência de baunilha 35 ml	5 ml	R$ 5,15	R$ 0,74
Pote PP 500 ml com tampa (25 un,) (por unidade)	1		R$ 0,68
Custo do lote ÷ 4 + embalagem		**lote R$ 16,10**	**R$ 4,70/un.**

Modo de preparo

1. Cozinhe leite, açúcar, leite condensado e amido até engrossar.
2. Esfrie, junte a baunilha e congele por 3 horas.
3. Bata na batedeira com o creme de leite gelado até ficar aerado.
4. Distribua nos potes e congele de novo por 6 horas.

*Preços de referência coletados em 03/11/2026 (fontes no final). Custo sem gás, energia e mão de obra; o preço sugerido (custo × 2 a × 3) existe para cobrir isso. Estimativa, não garantia de ganho.

Ponto certo e erros comuns

- Textura cremosa: bata a base semicongelada com o creme de leite gelado até aerar.
- Não encha o pote até a borda: o sorvete expande.
- Nunca recongele sorvete derretido.

Validade e conservação

Até 90 dias no freezer a -18 °C ou menos (Portaria CVS 5/2013).

Montagem e embalagem

Pote de 500 ml com tampa. Entregue em bolsa térmica.

3 sabores para o seu cardápio

Mesma técnica da receita-base, com a troca indicada. Faça um lote teste de cada sabor antes de vender.

Sorvete caseiro em pote: Chocolate

Dissolva 60 g de chocolate em pó no leite antes de cozinhar.

O que muda na receita-base: + 60 g de chocolate em pó.

Lote: R$ 20,27 · **Custo por unidade:** R$ 5,75 · **Preço sugerido:** R$ 11,50 a R$ 17,50

[foto real: sorvete caseiro em pote sabor chocolate]

Sorvete caseiro em pote: Flocos

Na última batida, junte 150 g de cobertura derretida em fio: ela endurece e vira flocos.

O que muda na receita-base: + 150 g de cobertura fracionada sabor chocolate meio amargo.

Lote: R$ 20,29 · **Custo por unidade:** R$ 5,75 · **Preço sugerido:** R$ 12,00 a R$ 17,50

[foto real: sorvete caseiro em pote sabor flocos]

Sorvete caseiro em pote: Morango

Bata 400 g de morango com a base antes de congelar.

O que muda na receita-base: + 400 g de morango.

Lote: R$ 45,90 · **Custo por unidade:** R$ 12,15 · **Preço sugerido:** R$ 24,50 a R$ 36,50

[foto real: sorvete caseiro em pote sabor morango]

Receita-base de domínio comum, escrita para este material, sem ovo cru. Prazos de geladeira e freezer conferidos com a Portaria CVS 5/2013 (SP), art. 34. Siga também as regras da sua prefeitura.

[SEU LOGO OU NOME] · [BAIRRO]

Cardápio da semana

Geladinhos e gelados · feito em casa, por encomenda

[foto real: produto 1]

[foto real: produto 2]

[foto real: produto 3]

Geladinho gourmet
Sabores: tradicional, Ninho com creme de avelã, Paçoca, Maracujá **R$ _____**

Sacolé de fruta
Sabores: tradicional, Limão, Uva, Coco **R$ _____**

Picolé gourmet
Sabores: tradicional, Ninho com morango, Coco, Maracujá **R$ _____**

Paleta mexicana
Sabores: tradicional, Ninho com creme de avelã, Limão, Coco **R$ _____**

Sorvete caseiro em pote
Sabores: tradicional, Chocolate, Flocos, Morango **R$ _____**

Pedidos até [dia e hora] · Entrega ou retirada [dia] · Sinal de 50% no Pix confirma o pedido

WhatsApp [seu número] · @[seu perfil]

Cardápio para imprimir ou mandar como imagem. Apague os sabores que você não fizer e escreva o seu preço. A versão editável fica no Canva (link na área de membros).

Resumo: custo e preço sugerido

Para você (não para o cliente). Receita-base, preços de referência de 03/11/2026.

Receita	Grupo	Rende	Custo/un.	Preço sugerido
Geladinho gourmet	Geladinhos e gelados	15	R$ 2,14	R$ 4,50 a R$ 6,50
Sacolé de fruta	Geladinhos e gelados	15	R$ 1,66	R$ 3,50 a R$ 5,00
Picolé gourmet	Geladinhos e gelados	12	R$ 1,80	R$ 4,00 a R$ 5,50
Paleta mexicana	Geladinhos e gelados	10	R$ 4,74	R$ 9,50 a R$ 14,50
Sorvete caseiro em pote	Geladinhos e gelados	4	R$ 4,70	R$ 9,50 a R$ 14,50

Preço sugerido = custo por unidade × 2 a × 3. Confira o preço praticado no seu bairro e use a Planilha Preço Certo para incluir a sua hora e as taxas.

Fontes dos preços

Todos os custos usam estes preços de referência, coletados em 03/11/2026 nos sites das lojas. Em atacarejo, feira e com promoção costuma sair mais barato. Troque pelos preços da sua cidade na Planilha Preço Certo.

Item (pacote)	Preço	Fonte e data
Amido de milho 500 g	R$ 8,25	Savegnago (site), 03/11/2026
Açúcar refinado 1 kg	R$ 3,45	Savegnago (site), 03/11/2026
Chocolate em pó 50% 200 g	R$ 13,90	Savegnago (site), 03/11/2026
Cobertura fracionada ao leite 1 kg	R$ 24,62	Embaleme (site), 03/11/2026
Cobertura fracionada meio amargo 1 kg	R$ 27,99	Embaleme (site), 03/11/2026
Coco ralado 100 g	R$ 5,69	Savegnago (site), 03/11/2026
Creme de avelã 350 g	R$ 36,90	Savegnago (site), 03/11/2026
Creme de leite 200 g	R$ 2,59	Savegnago (site), 03/11/2026
Doce de leite 400 g	R$ 13,95	Savegnago (site), 03/11/2026
Essência de baunilha 35 ml	R$ 5,15	Savegnago (site), 03/11/2026
Leite condensado 395 g	R$ 4,89	Savegnago (site), 03/11/2026
Leite de coco 200 ml	R$ 6,95	Savegnago (site), 03/11/2026
Leite em pó integral 400 g	R$ 15,95	Savegnago (site), 03/11/2026
Leite integral 1 L	R$ 4,45	Savegnago (site), 03/11/2026
Limão taiti (kg)	R$ 12,85	Savegnago (site), 03/11/2026
Maracujá (kg)	R$ 18,90	Savegnago (site), 03/11/2026
Morango (bandeja 200 g)	R$ 14,90	Savegnago (site), 03/11/2026
Palito de picolé (50 un.)	R$ 5,59	Savegnago (site), 03/11/2026
Paçoca 200 g	R$ 9,99	Savegnago (site), 03/11/2026
Polpa de fruta 100 g	R$ 4,65	Savegnago (site), 03/11/2026
Pote PP 500 ml com tampa (25 un.)	R$ 17,00	Tudo Sorvetes (site), 03/11/2026
Saco para geladinho (100 un.)	R$ 6,55	Savegnago (site), 03/11/2026

Produto educativo. Não garantimos renda nem resultado de vendas: o que você vende depende do seu preço, da sua região, do seu tempo e de quantas pessoas você alcança. Consulte as regras da vigilância sanitária do seu município.