

Saladas

receitas prontas

Legenda:
 sem lactose
 sem glúten
 vegetariano
 vegano
 apimentado

Preencha sua comanda
 dirija-se ao caixa.

	média	grande		média	grande
Caesar Alface americana, frango desfiado, lascas de parmesão, croutons artesanais e molho Caesar.	R\$ 19,00	R\$ 25,00	Bacon Alface americana, rúcula, brócolis, milho, ovo cozido, cebola crispy, bacon e molho de provolone.	R\$ 21,00	R\$ 27,00
Insana Alface americana, alface roxa, rúcula, espinafre, cenoura ralada, ovo cozido, milho, tomate em cubos, lascas de parmesão, frango desfiado e molho Meldete.	R\$ 21,00	R\$ 27,00	Salmão Alface americana, rúcula, espinafre, tomate em cubos, ovo cozido, quinoa, abobrinha em tiras, castanha-do-pará, salmão e escolha seu molho preferido.	R\$ 22,00	R\$ 28,00
Senape Alface americana, alface roxa, rúcula, tiras de carne, lascas de parmesão e molho Senape.	R\$ 20,00	R\$ 26,00	Koh Alface americana, rúcula, manga em tiras, cebola roxa, broto de feijão, carne em tiras, gergelim e molho Guili.	R\$ 19,50	R\$ 25,50
Pantai Alface americana, alface roxa, rúcula, quinoa, ovo cozido, broto de alfafa, cebola roxa, palmito pupunha em tiras, tomate seco, cenoura ralada, linhaça, passas, lascas de parmesão, molho de alho e molho Pesto.	R\$ 21,00	R\$ 27,00	Inpot Alface americana, rúcula, queijo gorgonzola, nozes carameladas e molho de alho.	R\$ 18,00	R\$ 24,00
Grega Alface americana, alface roxa, rúcula, pepino em cubos, tomate em cubos, cebola roxa, azeitona preta, queijo branco e molho Vinaigrette.	R\$ 18,50	R\$ 24,50	Pesto Alface americana, rúcula, tomate em cubos, brócolis, massa sem glúten, queijo branco e molho Pesto.	R\$ 18,00	R\$ 24,00
Vegan Alface americana, alface roxa, rúcula, espinafre, cenoura ralada, tomate em cubos, broto de feijão, azeitonas pretas, grão-de-bico, quinoa, brócolis, semente de girassol, chia e azeite aromatizado.	R\$ 19,50	R\$ 25,50	Mix Verde Mix de alface roxa, alface americana, rúcula e espinafre.	R\$ 12,00	R\$ 15,00
Carne de Panela Alface americana, repolho roxo, cebola roxa, tomate em cubos, croutons artesanais, queijo gorgonzola, carne de panela e molho Caesar.	R\$ 22,00	R\$ 28,00	Be Sweet Alface americana, alface roxa, rúcula, repolho roxo, tomate em cubos, beterraba ralada, grão-de-bico, batata doce, semente de girassol, croutons artesanais, queijo gorgonzola, molho Caesar e molho Meldete.	R\$ 20,00	R\$ 26,00

Crie sua salada

crie sua própria receita

Escolha o tamanho

média R\$ 14,00
grande R\$ 19,00

Selecione as folhas

Alface americana Rúcula Repolho roxo
Alface roxa Espinafre

Selecione até 4 itens A partir do 5º item, o adicional tem o valor de:

média R\$ 1,50 grande R\$ 2,00

Você pode escolher todas as folhas, sem custo adicional.

Escolha o molho

Quer molho extra?

médio R\$ 4,00 grande R\$ 7,00

DICA Crie combinações diferentes escolhendo mais de um molho!

- Caesar**
A receita tradicional. O mais pedido.
- Senape**
Iogurte, mostarda e mel.
- Iogurte**
Iogurte natural, cebolinha e salsinha.
- Molho de alho**
Iogurte natural e alho.
- Citronnette**
Azeite de oliva extra virgem e limão.
- Vinaigrette**
Aceto balsâmico e azeite de oliva extra virgem.
- Meldete**
Azeite de oliva extra virgem, aceto balsâmico, mel e mostarda.
- Maracujásoso**
Geleia e suco de maracujá.
- Molho pesto**
Azeite de oliva extra virgem e manjeriço.

- Cream pesto**
Pesto com iogurte natural.
- Azeite aromatizado**
Azeite aromatizado com alecrim e alho.
- Guili**
Gengibre, limão, aceto balsâmico e azeite de oliva extra virgem.
- Molho da casa**
Maionese de leite com cebolinha e salsinha.
- Molho de provolone**
Queijo provolone e maionese de leite.
- Shoyu**
- Azeite de oliva extra virgem**

QUER DEIXAR SUA SALADA MAIS APIMENTADA?!
 ACRESCENTE UMA PORÇÃO DA NOSSA SUPER PIMENTA
 DRAGON CHILLI AO SEU MOLHO PREFERIDO!

Extras

um toque final

QUEIJOS	média	grande
+queijo parmesão	R\$ 4,00	R\$ 5,50
+queijo branco	R\$ 3,50	R\$ 5,00
+queijo gorgonzola	R\$ 4,00	R\$ 5,50
+queijo muçarela	R\$ 3,50	R\$ 5,00
+tofu	R\$ 3,50	R\$ 5,00

ESPECIAIS	média	grande
+cebola crispy	R\$ 2,50	R\$ 4,00
+bacon	R\$ 4,50	R\$ 6,50

PROTEÍNAS	50g	100g
+frango desfiado	R\$ 3,50	R\$ 5,50
+peito de peru	R\$ 4,50	R\$ 6,50
+carne em tiras	R\$ 5,00	R\$ 8,00
+carne de panela	R\$ 5,00	R\$ 8,00
+salmão	R\$ 6,50	R\$ 8,50
+cogumelo	R\$ 6,50	R\$ 8,50

Sanduíches

Preencha sua comanda
dirija-se ao caixa.

receitas prontas

	meia baguete	baguete inteira		meia baguete	baguete inteira
Carne de Panela Feito com pão Baguete, carne de panela, queijo muçarela, rúcula e molho da casa separado.	R\$ 14,00	R\$ 24,00	Frango ao Pesto Feito com pão baguete, frango desfiado, cream cheese, tomate e molho pesto.	R\$ 12,00	R\$ 22,00
Capomelo Feito com pão baguete, caponata, cogumelo, queijo parmesão e azeite aromatizado com alecrim e alho.	R\$ 14,00	R\$ 24,00	Vegetariano Feito com pão baguete, espinafre, grão de bico, tomate seco, ovo, queijo muçarela e molho da casa.	R\$ 12,00	R\$ 22,00
Salmão Feito com pão baguete, salmão, tomate seco, abobrinha em tiras, cream cheese e molho da Caesar.	R\$ 16,00	R\$ 26,00	Vegano Feito com pão baguete, brócolis, milho, tomate, cebola roxa, oregano, pimenta do reino e azeite aromatizado com alecrim e alho.	R\$ 12,00	R\$ 22,00

Crie seu sanduíche/wrap

crie sua própria receita

Legenda:



Selecione o pão ou baguete **DICA** Escolha entre quente ou frio

Pão de Sanduíche

Integral
Branco

Pão baguete

Branca
Multigrãos
Australiana

Selecione a massa **DICA** Escolha entre quente ou frio

Massa

Folha de couve
Massinha de trigo

Escolha o tamanho e a base de seu sanduíche

Vegetariano	R\$ 13,00	R\$ 18,50
Frango desfiado	R\$ 15,00	R\$ 20,50
Peito de Peru	R\$ 17,00	R\$ 22,50
Carne em tiras	R\$ 18,00	R\$ 23,50
Salmão	R\$ 19,00	R\$ 24,50
Cogumelo	R\$ 19,00	R\$ 24,50

Escolha a base do seu wrap

Vegetariano	R\$ 11,00
Frango desfiado	R\$ 14,00
Peito de Peru	R\$ 16,00
Carne em tiras	R\$ 17,00
Salmão	R\$ 18,00
Cogumelo	R\$ 18,00

Selecione até 4 itens item adicional tem o valor de: **média** R\$ 1,50 **grande** R\$ 2,00

Abacate
Abobrinha italiana
Alface americana
Alface roxa
Azeitonas pretas
Batata doce
Beterraba ralada
Brócolis
Broto de alfafa
Broto de feijão

Caponata
Cebola roxa
Cenoura ralada
Chia
Coco ralado
Damasco
Espinafre
Gergelim
Grão-de-bico
Linhaça

Manga
Milho
Ovo cozido
Palmito pupunha
Passas
Pepino em cubos
Picles
Queijo branco
Queijo muçarela
Quinoa

Repolho Roxo
Rúcula
Semente de girassol
Tofu
Tomate em cubos
Tomate seco

Escolha o molho **DICA** Crie combinações diferentes escolhendo mais de um molho!

Caesar

A receita tradicional. O mais pedido.

Senape

logurte, mostarda e mel.

logurte

logurte natural, cebolinha e salsinha.

Molho de alho

logurte natural e alho.

Citronnette

Azeite de oliva extra virgem e limão.

Vinaigrette

Aceto balsâmico e azeite de oliva extra virgem.

Meldete

Azeite de oliva extra virgem, aceto balsâmico, mel e mostarda.

Maracujásoso

Geleia e suco de maracujá.

Molho pesto

Azeite de oliva extra virgem e manjeriço.

Cream pesto

Pesto com iogurte natural.

Azeite aromatizado

Azeite aromatizado com alecrim e alho.

Guili

Gengibre, limão, aceto balsâmico e azeite de oliva extra virgem.

Molho da casa

Maionese de leite com cebolinha e salsinha.

Molho de provolone

Queijo provolone e maionese de leite.

Shoyu

Azeite de oliva extra virgem

Extras

um toque final

ESPECIAIS	média	grande		média	grande
+queijo parmesão	R\$ 4,00	R\$ 5,50	+cebola crispy	R\$ 2,50	R\$ 4,00
+cream cheese	R\$ 3,00	R\$ 5,00	+bacon	R\$ 4,50	R\$ 6,50
+queijo gorgonzola	R\$ 4,00	R\$ 5,50			



+FÁCIL
+SIMPLES
+SABOROSO