

SUCOS NATURAIS

SEMPRE DELICIOSOS E REFRESCANTES!

LARANJA puro

LIMÃO água

LIMONADA SUÍÇA com casca e água

ABACAXI água

UVA água

MAMÃO água ou leite

MANGA água ou leite

MELANCIA puro

CAJU água

GOIABA água ou leite

MELÃO água ou leite

ACEROLA água ou leite

PÊSSEGO água ou leite

MARACUJÁ água ou leite

MORANGO água ou leite

ABACATE leite

COCO leite

AÇAI

AÇAI COM MORANGO

PITÁIA



SUCOS COMBINADOS

COMBINAÇÕES IDEAIS PARA QUEM QUER MUITO SABOR!

ABACAXI COM HORTELÃ

LARANJA COM BETERRABA

LARANJA COM CENOURA

LARANJA COM LIMÃO

LARANJA, LIMÃO E ABACAXI

LARANJA, CENOURA E BETERRABA

LARANJA COM MAMÃO

LARANJA, MAMÃO E CENOURA

MELANCIA COM LIMÃO

MORANGE morango + laranja

LARANJA, MAMÃO E ACEROLA

LARANJA COM ACEROLA

LARANJA COM COUVE

LARANJA COM PÊSSEGO

LARANJA COM MARACUJÁ

FRUTAS VERMELHAS morango + amora + framboesa

MORANGO COM MELANCIA

MEU SUCO até três frutas à sua escolha

SUCOS FUNCIONAIS

SÃO GOSTOSOS E FAZEM BEM!

ENERGÉTICO laranja + xarope + pó de guaraná

EMAGRECEDOR suco de limão + melancia + melão + abacaxi (s/ açúcar)

BRONZEADOR laranja + acerola + cenoura

REFRESCANTE abacaxi + hortelã + limão e gengibre

ANTI-INFLAMATÓRIO morango + melancia + goiaba + farinha de chia

SUCO VERDE abacaxi + hortelã + gengibre + couve + limão (coado)

DETOX maçã + hortelã + gengibre + couve + limão (sem coar)

VITA C laranja + acerola + limão + gengibre

VITAMINAS

A FORMA MAIS GOSTOSA DE REPOR AS ENERGIAS!

TUTTI FRUTTI abacaxi + banana + mamão + suco de laranja

SUCÃO banana + mamão + abacate + leite + groselha

SUCÃO C/ MORANGO banana + mamão + abacate + leite groselha + morango

BANANA C/ MORANGO banana + morango + leite

CLÁSSICOS DO SUCÃO

ABAXUVA abacaxi + uva

CARINHOSO laranja + abacaxi

STILK limão + leite condensado

MELCAXI melão + abacaxi

PANTERA COR DE ROSA mamão + groselha + laranja

CANARINHO mamão + maracujá

CANELINHA laranja + manga + caju + canela

3 EM 1 manga + maracujá + laranja

LARACREME laranja + sorvete de creme



COMPLEMENTOS

SEU SUCO AINDA MAIS GOSTOSO!

GENGIBRE

HORTELÃ

PÓ DE GUARANÁ

AVEIA

COUVE

PAÇOCA

LEITE CONDENSADO

GRANOLA

FARINHA DE CHIA

SORVETE DE CREME

MONTE SUA SALADA

- 1 ESCOLHA A BASE
- 2 ADICIONE A PROTEÍNA
- 3 ESCOLHA OS INGREDIENTES
- 4 ACRESCENTE O MOLHO

ESCOLHA A BASE



Mix de Folhas

Rúcula, alface crespa e alface americana.



Alface Americana

ESCOLHA UMA PROTEÍNA



Frango Grelhado



Peito de Peru



Atum

ADICIONE OS INGREDIENTES especiais

Escolha 02 opções



Parmesão Ralado



Palmito



Ricota



Croutons



Tomate Seco



Azeitona



Ovo de Codorna

ADICIONE OS INGREDIENTES

Escolha quantos quiser!



Cenoura



Beterraba



Cebola Roxa



Pepino



Milho



Tomate Cereja



Abacaxi

ESCOLHA O MOLHO

CAESAR

CASEIRO

PARMESÃO

MOSTARDA E MEL

ITALIANO

SALADAS

leves e saborosas



CAESAR COM FRANGO

Alface americana, tiras de frango, croutons crocantes e parmesão ralado.

PROTEÍNA

Mix de folhas verdes, peito de peru, cenoura, tomate cereja.

VEGETARIANA

Alface americana, palmito, tomate cereja, cenoura e beterraba.

HAVAIANA

Mix de folhas, tiras de frango, ricota, abacaxi, cebola roxa e tomate cereja.

CAPRESE

Mix de folhas, mussarela de búfala, tomate seco e folhas de manjeriço.

ESCOLHA SEU MOLHO

CAESAR

ITALIANO

CASEIRO

PARMESÃO

MOSTARDA E MEL

MONTE SEU PRATO

NOVIDADE!

- 1 ESCOLHA UMA PROTEÍNA
- 2 ADICIONE DOIS ACOMPANHAMENTOS

ESCOLHA UMA PROTEÍNA



Frango



Tilápia



Batata Doce Rústica



Salada de Rúcula com Cebola



Salada de Alface, Tomate e Cenoura



Arroz Integral Colorido



Arroz 7 Grãos



Purê de Batata Doce

NOVIDADE! PRATOS saudáveis

FRANGO C/ SALADA

Acompanha salada de alface, tomate e cenoura.

FRANGO C/ ARROZ E SALADA

Acompanha arroz integral colorido e salada de alface, tomate e cenoura.

TILÁPIA C/ SALADA

Acompanha salada de alface, tomate e cenoura.

TILÁPIA C/ ARROZ E SALADA

Acompanha arroz integral colorido e salada de alface, tomate e cenoura.



SANDUÍCHES quentes



PEITO DE PERU

Peito de peru, mussarela de búfala e cream cheese no pão ciabatta.

FRANGO DESFIADO

Frango desfiado com cheddar no pão ciabatta.

ITALIANO

Salame, peito de peru, pepperoni, mussarela e cream cheese no pão ciabatta.

FRANGO PESTO

Frango em tiras, mussarela e molho pesto no pão ciabatta.

SALAME

Salame, provolone e cream cheese no pão ciabatta.

escolha o sanduíche + vegetais + 1 molho

VEGETAIS

ALFACE

RÚCULA

CEBOLA

TOMATE

MOLHOS

CAESAR

ITALIANO

PARMESÃO

MOSTARDA E MEL

LANCHES naturais

FRANGO PROVOLONE

Salpicão de frango, maionese e cenoura ralada com provolone, alface e tomate no pão de forma integral.

PEITO DE PERU

Peito de peru, cream cheese, mussarela, alface, tomate e cenoura no pão de forma integral.

ATUM

Salpicão de atum, maionese e cenoura ralada com alface e tomate no pão de forma integral.

MISTO LIGHT

Peito de peru, cream cheese e mussarela de búfala no pão de forma integral.

CAPRESE

Mussarela de búfala, cream cheese, tomate seco e rúcula no pão de forma integral.

peça para viagem!



SOBREMESAS

saudáveis e deliciosas

1 ESCOLHA SUA SOBREMESA

2 ESCOLHA OS INGREDIENTES ADICIONAIS

TIGELA DE AÇAÍ

TIGELA DE PITAIA **NOVIDADE!**

FROZEN YOGURT

→ peça na casquinha!

SUCO DE AÇAÍ

SUCO DE PITAIA **NOVIDADE!**



INGREDIENTES ADICIONAIS

ADICIONE AINDA MAIS SABOR À SUA SOBREMESA!



Aveia



Morango



Banana



Granola



Leite Condensado



Leite Ninho



Mel



Paçoca



SMOOTHIES

A MISTURA DO SEU JEITO BATIDA COM FROZEN YOGURT!

Escolha uma base + 2 frutas de sua preferência

BASES:

Suco de Laranja - Leite - Água

FRUTAS:

Açaí - Abacate - Banana - Caju - Coco - Frutas Vermelhas
Mamão - Manga - Maracujá - Melão - Morango - Pêssego - Uva

SALADAS DE FRUTAS

FRUTAS DA ÉPOCA

Mix de frutas escolhidas de acordo com a sua época.

SALADA DE FRUTAS

Abacaxi, banana, mamão, maçã e suco de laranja.

