

wraps

ESCOLHA UM MOLHO.
*Molho extra cobrado à parte.

FRANGO



CHICKEN PRIME

Frango grelhado, muçarela, cream cheese, cebola salteada, milho salteado, tomate, orégano e alface.
Peq. **41,90** Grd. **47,90**



CAESAR WRAP

Frango grelhado, muçarela de búfala, tomate, parmesão, croutons da casa e alface.
Peq. **41,90** Grd. **47,90**



CHICKEN PESTO

Frango grelhado, muçarela de búfala, cogumelos salteados, tomate e mix de folhas.
Molho sugerido: Pesto.
Peq. **40,90** Grd. **47,90**



GUACA CHICKEN

Frango grelhado, muçarela, bacon, guacamole, tomate e alface.
Peq. **42,90** Grd. **48,90**



CRISPY CHICKEN ROLL

Frango crocante, milho, bacon, picles, queijo muçarela, tomate e alface.
Peq. **39,90** Grd. **45,90**



FRESH CRISPY CAESAR

Crispy chicken, parmesão, alface e croutons.
45,90

FRANGO



ROASTED CHICKEN

Sobrecoxa de frango assada, muçarela, milho, brócolis, cebola roxa, tomate e alface.
Peq. **39,90** Grd. **45,90**

CARNE



STEAK MIGNON WRAP

Filé mignon grelhado em cubos, mix de folhas, tomate, muçarela e picles de cebola roxa.
Peq. **52,90** Grd. **58,90**



BEEF ROLL

Carne desfiada, muçarela, cebola salteada, bacon, vinagrete, picles e alface.
Peq. **41,90** Grd. **47,90**



SWEET BEEF

Carne de panela desfiada, cream cheese, muçarela de búfala, tomate, cebola roxa, batata doce chips e alface.
Peq. **46,90** Grd. **52,90**

VEGGIE



FALAFEL ROLL

Falafel, homus, picles, cebola roxa, tomate, mix de folhas e limão.
Molho sugerido: Lime Tahine.
Peq. **40,90** Grd. **46,90**

paninis

new

ESCOLHA UM MOLHO.
*Molho extra cobrado à parte.



BACON MIGNON

Muçarela, filé mignon grelhado em cubos, bacon assado, vinagrete e tomates.
Peq. **48,90** Grd. **54,90**



BEEF PARMESANO

Muçarela, carne de panela desfiada, cebolas salteadas, brócolis assados, tomates e queijo parmesão.
Peq. **46,90** Grd. **52,90**



CHICKEN BROCCOLI

Muçarela de búfala, cream cheese, filé de frango grelhado, bacon assado, brócolis e tomates.
Peq. **41,90** Grd. **47,90**



CHICKEN PARMESANO

Muçarela, sobrecoxa de frango assada, cebolas salteadas, tomates e queijo parmesão.
Peq. **39,90** Grd. **45,90**



VEGGIE VIBE

Muçarela de búfala, cream cheese, cogumelos salteados, brócolis assados, tomates e cebola roxa.
Peq. **39,90** Grd. **45,90**

SALADINHA DE ACOMPANHAMENTO

Mix de folhas, palmito, cenoura, tomate, croutons da casa e parmesão.

+17,90

MOLHOS ARTESANAIS

Vegano Contém lactose

- CAESAR
- BARBECUE
- HONEY MUSTARD
- RANCH
- IOGURTE COM ERVAS

- PESTO DE NOZES
- LIME TAHINE
- CHIPOTLE FRENCH
- TASTY

- AZEITE
- AZEITE COM ACETO BALSÂMICO
- AZEITE COM LIMÃO
- LIMÃO
- ACETO BALSÂMICO

*disponível somente para saladas e hot bowls

salad bowls

ESCOLHA UM MOLHO.
*Molho extra cobrado à parte.

FRANGO



CHICKEN FIT

Frango grelhado, batata doce, ovo cozido, cenoura, tomate, azeitona, granola salgada e mix de folhas.

Méd. **42,90** Grd. **47,90**



PESTO SALAD

Frango grelhado, muçarela de búfala, brócolis assado, tomate cereja, fusili integral, amêndoas laminadas e mix de folhas. Molho sugerido: Pesto.

Méd. **50,90** Grd. **56,90**



CHICKEN GLORY

Frango grelhado, quinoa cozida temperada, parmesão crispy, tomate, milho salteado, brócolis assado e mix de folhas.

Méd. **45,90** Grd. **49,90**
***Guacamole opcional: 5,90**



CRISPY CHICKEN SALAD

Frango crocante, mix de folhas, tomate cereja, cenoura, cebolinha, ovo cozido, avocado e granola salgada.

Méd. **41,90** Grd. **46,90**

FRANGO



ROASTED CHICKEN SALAD

Sobrecoxa de frango assada, brócolis, abóbora, mix de arroz, tomate, ovo cozido, parmesão e mix de folhas.

Méd. **42,90** Grd. **47,90**

CARNE



STEAK MIGNON SALAD

Filé mignon grelhado em cubos, mix de folhas, couve-flor gratinada com parmesão, pepino, parmesão, amêndoas e pickles de cebola roxa.

Méd. **58,90** Grd. **64,90**

PEIXE



GRILLED SALMON SALAD

Mix de folhas, posta de salmão, batata doce, tomate cereja, pepino, beterraba e granola salgada.

Méd. **59,90** Grd. **65,90**

VEGGIE



FALAFEL CRISPY SALAD

Mix de folhas, falafel crocante, abóbora, pepino, tomate cereja, pickles de cebola roxa e granola salgada.

Méd. **41,90** Grd. **46,90**

hot bowls

ESCOLHA UM MOLHO.
*Molho extra cobrado à parte.

FRANGO



POWER CHICKEN

Mix de arroz, feijão preto, frango grelhado, batata doce assada, mix de folhas, cenoura, tomate, parmesão, croutons da casa e guacamole.

49,90



CHICKEN HOMUS

Quinoa cozida temperada, frango grelhado, abóbora assada, brócolis assado, mix de folhas, beterraba, pepino, tomate, azeitona e homus.

52,90



CRISPY CHICKEN BOWL

Frango crocante, arroz japonês com mix de gergelim, brócolis assado, cenoura, beterraba, pepino, edamame e cebolinha.

47,90



ROASTED CHICKEN BOWL

Sobrecoxa de frango assada, mix de arroz, feijão preto, mix de legumes (cenoura, cebola, brócolis, milho, batata e abóbora), ovo molê, cenoura, pepino, cebola roxa e guacamole.

47,90

CARNE



BEEF BOWL

Mix de arroz, feijão preto, carne de panela desfiada, cebola salteada, abóbora assada, mix de folhas, beterraba, cebola roxa, tomate, parmesão crispy e ovo molê.

52,90



STEAK MIGNON BOWL

Filé mignon grelhado em cubos, mix de arroz, couve-flor gratinada com parmesão, batata doce, cebola salteada, guacamole e pickles de cebola roxa.

56,90

PEIXE



SALMON GUACA BOWL

Mix de arroz com cebolinha, posta de salmão, brócolis, abóbora, tomate cereja, pepino e guacamole.

65,90

VEGGIE



DELICIOUS FALAFEL

Quinoa cozida temperada, falafel, brócolis e abóbora assados, mix de folhas, cenoura, pepino, tomate, azeitonas pretas e granola salgada.

46,90

MOLHOS ARTESANAIS

Vegano Contém lactose

- CAESAR
- BARBECUE
- HONEY MUSTARD
- RANCH
- IOGURTE COM ERVAS

- PESTO DE NOZES
- LIME TAHINE
- CHIPOTLE FRENCH
- TASTY

- AZEITE
- AZEITE COM ACETO BALSÂMICO
- AZEITE COM LIMÃO
- LIMÃO
- ACETO BALSÂMICO

*disponível somente para
saladas e hot bowls

tortas integrais



FRANGO CREMOSO

Sem salada **32,90**
Com salada **49,90**



FRANGO & COGUMELOS

Sem salada **32,90**
Com salada **49,90**



PALMITO & ERVAS

Sem salada **32,90**
Com salada **49,90**



PERU & ALHO PORÓ

Sem salada **32,90**
Com salada **49,90**



CARNE & QUEIJO

Sem salada **35,90**
Com salada **52,90**

SALADINHA DE ACOMPANHAMENTO

Mix de folhas, palmito, cenoura, tomate, croutons da casa e parmesão.

porções extras



BATATA CHIPS

Porção de batata doce chips.
Peq. 6,90 Grd. 10,90



GUACA & CHIPS

Porção de batata doce chips com guacamole.
18,90

açaís & cremes



AÇAÍ BOWL

Açaí tradicional:
açaí com extrato de guaraná (adoçado com açúcar).
Méd. **27,90** Grd. **31,90**

Blend Greenjoy:
açaí puro (sem açúcar) batido com suco de maçã e banana. Mel opcional.
Méd. **29,90** Grd. **33,90**



BERRY CREAM

Morango, banana, iogurte, mel e whey protein.
Méd. **29,90** Grd. **33,90**

TOPPINGS

BANANA PICADA	2,90	AMÊNDOAS LAMINADAS	2,90	MEL	3,90
MORANGO PICADO	5,90	PAÇOCA ZERO	3,90	BATER COM PASTA DE AMENDOIM	3,90
MANGA PICADA	4,90	COCO RALADO	2,90	BATER COM WHEY	5,90
GRANOLA DA CASA	3,90				

healthy smoothies

CLASSIC



LOVE

Morango, amora, suco de maçã e frozen yogurt.

400ml **25,90** 500ml **28,90**



BANANA BLUE

Banana, blueberry, suco de maçã e frozen yogurt.

400ml **26,90** 500ml **29,90**



GO MANGO

Manga, maracujá, suco de maçã e frozen yogurt.

400ml **26,90** 500ml **29,90**



BERRIES FULL

Morango, blueberry, amora, suco de maçã, iogurte e mel.

400ml **26,90** 500ml **29,90**

Adicionar Whey Protein

+5,90

PROTEIN



BERRY PUNCH

Suco de maçã, morango, banana, iogurte e whey protein.

400ml **25,90**
500ml **28,90**



PROTEIN BERRY

Morango, bluberry, frozen yogurt, mel, whey protein e leite de aveia Nude.

400ml **29,90**
500ml **32,90**



POWER NUT

Açaí, pasta de amendoim, banana, whey protein e leite de aveia Nude.

*o açaí pode ser tradicional adoçado ou 100% puro.

tradicional	puro
400ml 25,90	400ml 28,90
500ml 28,90	500ml 31,90

sucos naturais



MANGO FRESH

Manga, maracujá e laranja.

17,90



SANTO SUCO

Capim limão, abacaxi, limão e mel.

17,90



VERDE JOY

Laranja, abacaxi, hortelã, couve e gengibre.

17,90



VERMELHO

Morango, laranja, limão e mel.

17,90



SUCO LIFE

Laranja, beterraba, cenoura, gengibre, hortelã e mel.

17,90



ABACAXI COM HORTELÃ

17,90



SUCOS DE AÇAÍ

*opcional: bater com frutas.

19,90



LARANJA

14,90



ÁGUA DE COCO

14,90



MATE COM LIMÃO E MAÇÃ

14,90

outras bebidas



COCA-COLA

Original. 350ml

9,90



COCA-COLA ZERO

Sem açúcar. 350ml

9,90



GUARANÁ

WEWI

9,90



GUARANÁ ZERO

WEWI

9,90



ÁGUA SEM GÁS

310ml

6,90



ÁGUA COM GÁS

310ml

7,90

sobremesas



BANANA CAKE

Bolo integral de banana, castanhas, aveia crocante e chocolate. Sem trigo.

Peq. **11,90** Grd. **15,90**



BANANA CAKE COM SORVETE

Bolo integral de banana, castanhas, aveia crocante e chocolate com sorvete de iogurte. Sem trigo.

Peq. **15,90** Grd. **19,90**



BROWNIE

13,90



BROWNIE COM SORVETE

Com sorvete de iogurte.

19,90



SORVETE DE IOGURTE

Sorvete de iogurte com calda de morango, morango picado e amêndoas laminadas.

9,90