Sucos Naturais

Abacaxi
300ml - R$ 3,50 / 500ml - R$ 5,00
Pode auxiliar na digestão. Embora tenha um gosto ligeiramente ácido, é muito refrescante.

Acerola
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Fruta riquíssima em vitamina C, tem ação antioxidante protegendo o organismo.

Açaí
300ml - R$ 4,00 / 500ml - R$ 6,00
Palavra de nutricionista: parece que esta frutinha foi feita em laboratório. Contém muitas vitaminas e sais minerais, como vitamina C, ferro, fósforo, cálcio, entre outros complementos.

Amora
300ml - R$ 4,00 / 500ml - R$ 6,00
Além de muito saborosa, é uma fruta rica em vitaminas.

Banana
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
É a fruta mais popular do Brasil. É rica em carboidratos e potássio, entre outros nutrientes.

Caju
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Refrescante e fonte de vitamina C e de ferro.

Clorofila
(com Abacaxi ou Limão e Xarope de Guaraná.)
300ml - R$ 4,50 / 500ml - R$ 6,50

Cupuaçú
300ml - R$ 4,00 / 500ml - R$ 6,00
Conhecida pelo sabor exótico, tem aroma doce e é rica em vitaminas e minerais.

Graviola
300ml - R$ 4,00 / 500ml - R$ 6,00
Bastante cultivada no nordeste, é uma excelente fruta composta de vitaminas do complexo B, vitamina C, cálcio e muito mais.

Goiaba
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Seu inconfundível cheiro faz com que seja muito fácil de ser identificada. Contém vitaminas A, B, C e também sais minerais.

Kiwi
300ml - R$ 3,50 / 500ml - R$ 5,50
É uma fonte de vitaminas C e B6, potássio, magnésio, cobre e tem efeito antioxidante.

Laranja
300ml - R$ 4,00 / 500ml - R$ 6,00
Riquíssima em vitamina C e em sais minerais como cálcio, ferro, potássio, fósforo, entre outros.

Limão/ Limonada Suíça
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Uma das frutas mais conhecidas e usadas no mundo, rico em vitamina C e sais minerais.

Manga
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Rica em vitaminas A, C e sais minerais como cálcio, ferro e fósforo.

Maracujá
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Funciona como um suave calmante no organismo e também é rico em vitaminas A e C.

Melancia
300ml - R$ 4,00 / 500ml - R$ 6,00
Altamente refrescante. Contém vitaminas A, C e do complexo B.

Morango
300ml - R$ 3,50 / 500ml - R$ 5,00
Essa fruta vermelha, atraente e conhecida pelo seu sabor, contém grande quantidade de vitamina C.

Pêssego
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Mais que bonito, é nutritivo e rico em vitaminas e minerais.

Tutti-frutti
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Esta mistura super vitaminada de frutas é rica em vitaminas e sais minerais.

Uva
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Contém numerosas vitaminas e complexos minerais para o nosso organismo, entre eles o cálcio, ferro, potássio e tem ação antioxidante.

Sucos na Centrífuga

Anti vírus
(Maçã, laranja e xarope de guaraná.)
300ml - R$ 4,50
Vitaminado e energético.

Bergamota
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
De sabor cítrico e agradável, essa fruta é rica em vitaminas e minerais.

Cenoura com Laranja
300ml - R$ 4,00
Esta mistura é uma fonte de vitaminas e sais minerais, além de ter propriedades antioxidantes.

Delícia de Verão
(Abacaxi, clorofila, cenoura, laranja e xarope de guaraná.)
300ml - R$ 5,00
Super vitaminado e saudável, com uma dose adicional de energia.

Maçã
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Com valiosas qualidades nutritivas, seu conteúdo tem vitaminas e minerais.

Mamão
300ml - R$ 3,00 / 500ml - R$ 5,00
Contém vitaminas C, do complexo B e outros nutrientes.

Supersônico
(Beterraba, cenoura, laranja e mamão.)
300ml - R$ 4,50
Boa pedida para o verão, é rico em nutrientes como vitaminas e sais minerais.

oficina do Açaí

Sucos Especiais

Abacaxi com Hortelã
300ml - R$ 4,00
Ultrarefrescante.

Banana, Laranja e Morango
300ml - R$ 5,00
Vitaminado.

Chá Mate
300ml - R$ 4,00
Com limão e pó de guaraná.

Digestivo
300ml - R$ 4,00
Laranja, limão e abacaxi.

Guará Power
300ml - R$ 3,50
Limão, pó de guaraná e xarope de guaraná.

Paixão
300ml - R$ 4,50
Abacaxi, uva e morango.

Personal Trainer
300ml - R$ 4,00
Pêssego, abacaxi e xarope de guaraná.

Pulmão
300ml - R$ 5,00
Açaí, guaraná, mel, banana, laranja e gengibre.

Tosse e Resfriado
300ml - R$ 4,00
Laranja, gengibre, hortelã, mel e acerola.

Pratos

Nutritivos
Acompanha uma carne a sua escolha, alface americana, tomate, beterraba, brócolis, cenoura, abacaxi, mamão e arroz.

Filé mignon
com arroz branco. R$ 11,50
com arroz integral. R$ 12,00

Frango
com arroz branco. R$ 10,50
com arroz integral. R$ 11,00

Peixe
Acompanha alface americana, brócolis, palmito orgânico e tomate.
com arroz branco. R$ 12,00
com arroz integral. R$ 12,50

Omelete de legumes - R$ 6,60

Prato do dia - R$ 11,00

Sopas (somente no inverno)
500ml - R$ 8,00
600ml - R$ 9,00

Tropical
Frutas: abacaxi, banana, maçã, mamão, melão, morango e uva. Acompanha uma carne a sua escolha.
Filé mignon - R$ 12,00
Frango - R$ 11,00
Peixe - R$ 12,00

Porções
Arroz branco 110g - R$ 1,50
Arroz integral 110g - R$ 2,00
Carne 180g - R$ 7,90
Feijão 275g - R$ 2,50
Frango 180g - R$ 5,50
Ovo pochê un. - R$ 1,50
Palmito 100g - R$ 6,00
Peixe 150g - R$ 5,50
Purê de batatas 100g - R$ 2,50

* Embalagem para viagem - R$ 1,00

Saladas

Salada Caprese - R$ 12,00
Rúcula, tomate, mussarela de búfala com molho de manjericão.

Salada de Palmito - R$ 7,00
Alface americana, tomate, palmito.

Salada Simples - R$ 2,50
Alface, tomate, queijo.

Lanches

Bauru de Ciabatta - R$ 7,00
Mussarela de búfala, tomate seco, rúcula, requeijão, peito de frango.

Croissant de frango e catupiry - R$ 3,00
Croissant de queijo e presunto - R$ 3,00
Doguinho integral - R$ 3,70
Doguinho light - R$ 3,50
Empada integral - R$ 3,50
Pão de batata e catupiry - R$ 3,00
Pão de queijo - R$ 2,00
Pastel integral - R$ 3,50

Iogurte Natural - R$ 5,00
Polpa de fruta (amora ou banana ou morango) e porção de granola.

Salada de Frutas 300g - R$ 4,00

Salada de Frutas com Sorvete ou Iogurte 300g - R$ 5,00

Sanduíche Beirute - R$ 5,00
Pão sírio, pasta de frango, alface, tomate, cenoura e queijo mussarela.

Sanduíche de Croissant - R$ 5,00
Alface, tomate, chester e requeijão light.

Sanduíche Natural
Frango, chester ou atum - R$ 5,00
Pão integral, alface, tomate, cenoura, beterraba e requeijão.

Sanduíche Vegetariano - R$ 5,00
Pão integral, alface, tomate, beterraba, cenoura e requeijão.

Torrada Especial - R$ 4,50
Pão integral, requeijão, queijo, chester, alface e tomate.

Torrada de Pão Sírio - R$ 5,00
Chester, queijo, requeijão e orégano.

Torrada Simples - R$ 4,00
Pão integral, requeijão, queijo e chester.

Tortas
Torta Doce/ Salgada - R$ 4,70
Torta Doce Integral - R$ 5,00

Trouxinhas com Ricota - R$ 4,20
Espinafre, palmito, frango, peru, tomate seco, cenoura com passas, atum e azeitona.

Wraps de Frango - R$ 6,00
Filé de frango, mussarela, tomate e rúcula.

Wraps Light - R$ 6,00
Mussarela de búfala, peito de peru, tomate, manjericão e queijo mussarela.

Açaí

Açaí na Tigela
Tradicional - misturado com banana.
300g - R$ 5,50
500g - R$ 7,00
600g - R$ 8,00

Açaí Puro
Açaí e xarope. Acompanha granola.
300g - R$ 6,00
500g - R$ 7,50
600g - R$ 8,50

Porções
Banana picada - R$ 0,50
Uma fruta - R$ 1,50
Duas frutas - R$ 3,00
Granola extra - R$ 0,70
Limão no copo - R$ 1,00
Xarope de guaraná - R$ 2,00

Afrodisíaco - R$ 7,00
Suco de açaí, dose dupla de marapuana e catuaba.

Bomba Açaí - R$ 7,00
Suco de açaí com leite.

Clorofila - R$ 6,00
Suco de Açaí com clorofila.

Guará Power Açaí - R$ 5,00
Suco de Açaí com pó de guaraná.

Iogurte com Açaí - R$ 5,00
Acompanha granola.

+ Proteína - R$ 6,00
Suco de Açaí com albumina.

Pitbull - R$ 7,00
Suco de açaí com whey protein.

Resistência - R$ 7,00
Suco de açaí com maltodextrina.

Salada de Frutas com Açaí - R$5,00

Suco de Açaí e Acerola - R$ 6,00
Campeão de ferro e vitamina C.

Suplementos

Albumina 25g - R$ 3,00
Proteína da clara de ovo desidratada.

Maltodextrina 25g - R$ 3,00
Tem a finalidade de fornecer energia durante os treinos intensos, sendo o único produto 100% puro. Complexo de rápida absorção.

Whey Protein 25 g - R$ 4,00
Proteína do soro do leite, de assimilação rápida para contração muscular.

Whey Protein sem lactose 25g - R$ 5,00

Suplementos Naturais

5 pós - R$ 2,00
Catuaba, ginseng, marapuama, noz de cola e pó de guaraná.

Amendoim - R$ 1,50
Aveia - R$ 1,50
Gengibre - R$ 1,50
Ginseng - R$ 1,50
Hortelã - R$ 1,50
Linhaça - R$ 1,50
Mel - R$ 2,00
Pó de guaraná - R$ 1,50

Vitaminas - 300ml

Morango na tigela 300g
R$ 6,00
Morango e xarope de guaraná. Acompanha granola.

Motor de Arranque - R$ 5,00
Cinco pós, castanha-do-pará, amendoim, cacau, granola e xarope de guaraná.

Porradão - R$ 5,00
Amendoim, castanha-de-caju, guaraná em pó, xarope e limão.

Vitamina de Banana - R$ 5,00

Smoothies

400ml - R$ 6,90

Happy
Laranja, abacaxi, amora, mirtilo, papaia e leite de cabra com gengibre.

Havaiano
Laranja, abacaxi, clorofila, hortelã.

Mirtilo
Laranja, uva, banana e mirtilo.

Nº 1
Laranja, abacaxi, banana e morango.

Natural
Laranja, papaia e abacaxi.

Oficina do Açaí
Laranja, amora, morango, banana, framboesa, iogurte com gengibre.

Sensação
Laranja, pêssego, morango, papaia.

Bebidas

Água Versant 510ml - R$ 2,00
Água 200ml - R$ 1,50
Água de coco 330ml - R$ 3,50
Aquarius Fresh - R$ 3,00
Chás lata - R$ 3,50
Energético Burn - R$ 7,50
Hidrotônico I9 (tangerina, limão)- R$ 4,00
Refrigerante lata - R$ 2,70
Suco lata - R$ 3,50

Cafés

Café Cortado - R$ 4,00
Café Expresso - R$ 2,00
Café Expresso Duplo - R$ 3,00
Café Pingado - R$ 2,60
Capuccino Grande - R$ 4,50
Capuccino Pequeno - R$ 4,00
Chá - R$ 2,00
Chocolate quente - R$ 4,00
Nescauzinho - R$ 2,50