



CAFÉS

QUENTES

SERVIMOS CAFÉ ORGÂNICO 3 CORAÇÕES

- Espresso R\$ 5
- Espresso com leite R\$ 5
- Descafeinado R\$ 5,50
- Macchiato R\$ 5
- Pingado R\$ 5
- Coado R\$ 5
- Americano R\$ 5
- Caffè latte quente R\$ 6
- Cappuccino italiano R\$ 7,50
- Cappuccino com canela R\$ 7,50
- Mochaccino R\$ 8
- Mochaccino com doce de leite R\$ 8
- Chocolate quente R\$ 7,50
- Chocolate quente com raspa de laranja R\$ 7,50

LEITES

- Integral / Desnatado R\$ 5
- logurte natural R\$ 7
- Leite de arroz R\$ 10

CHÁS

- QUENTES** R\$ 6
- Chá de hortelã
- Chá de limão siciliano
- Chá de gengibre
- Chá de capim-santo
- GELADO DO DIA** R\$ 5
- Abacaxi, cravo e coentro

VITAMINAS BIO

PARA COMER DE COLHER

R\$ 18

- Manga, atemoia e abacaxi
- Morango, abacaxi e sorvete de coco
- Morango, banana e sorvete de coco
- Laranja, morango e banana
- Bacuri, banana, leite de castanha e mel
- Capim-santo, abacaxi e sorvete de creme
- Clássica (banana, mamão, maçã e leite)

GELADOS

- Café gelado R\$ 6
- Caffè latte gelado R\$ 6
- Chocolate gelado batido R\$ 7,50

FRAPÊS

R\$ 18

- Chocolate com chantilly de coco
- Beijinho de coco com chantilly de coco
- Café com chantilly de chocolate

SUCOS

R\$ 9

SUCOS DO DIA

Graviola com abacaxi

SUCO VERDE DO DIA

Espinafre, maçã verde, pepino

ESCOLHA A FRUTA DO SEU SUCO

- Graviola / Ateioia / Uva Verde / Uva Roxa /
- Kiwi / Manga / Melancia / Abacaxi / Melão / Mamão /
- Limão taiti / Limão siciliano / Morango / Banana /
- Maçã / Goiaba / Maracujá / Laranja

ESCOLHA MAIS FRUTAS

R\$ 3 (cada uma)

AÇAÍ

- Suco de açaí R\$ 20
- Açaí BIO (300 ml) R\$ 23
- Açaí BIO (500 ml) R\$ 28
- Açaí (300 ml) R\$ 20
- Açaí (500 ml) R\$ 25
- Frutas (morango / banana / kiwi / manga / uva),
- Sementes e outros extras R\$ 4 (cada um)

GRANOLAS E SEMENTES

- Granola caseira R\$ 4
- Granola caseira sem açúcar R\$ 4
- Sementes do dia:** R\$ 4,50
- Aveia / Girassol / Chia



PÃES E RAÍZES

Pão de mandioca / Pão integral /

Baguete / Baguete de grãos R\$ 6*

Pão 100 % integral R\$ 7*

*Opcional: com manteiga na grelha

Rabanada de pão de mandioca com

caramelo de água de coco R\$ 7

Batata doce na grelha R\$ 6

Mandioca cozida R\$ 6

Escolha seus extras para pães e raízes

Mel R\$ 4

Geleias caseiras R\$ 3

Manteiga R\$ 2

Manteiga caseira de castanhas R\$ 3

Requeijão caseiro R\$ 3

Creme de cacau caseiro R\$ 3

BOLOS

R\$ 8

Bolo de mandioca

Bolo do dia

Chocolate

TAPIOCAS E OVOS

Tapioca R\$ 17

Crepioca R\$ 17

Omelete R\$ 17

Omelete de claras R\$ 17

Ovo frito* R\$ 7

Ovos mexidos R\$ 7

*sem complemento

Escolha até 2 recheios

Queijo minas frescal / requeijão caseiro /

queijo minas padrão / presunto caseiro /

peito de peru / manteiga / tomate /

ovo mexido / coco /doce de leite /

creme caseiro de cacau / geleias caseiras

Escolha mais recheios

R\$ 3,50 (cada um)

SALGADOS

Pão de queijo R\$ 5

Pão de queijo multigrãos R\$ 5

Coxinha de mandioca R\$ 6

Quiche do dia: R\$ 6

Consultar sabores

Salgado do dia: R\$ 6

Consultar sabores

SANDUÍCHES

R\$ 18

Queijo quente: minas padrão

Queijo quente BIO: minas frescal

Misto quente: minas padrão e presunto caseiro

Misto quente BIO: peito de peru e queijo minas frescal

Sanduíche de folha de pão de queijo na grelha com

peito de peru e requeijão caseiro

Escolha seu pão

Pão de mandioca / pão integral /

baguete / baguete de grãos

SANDUÍCHES DE FORNO

Servidos a partir das 16h

R\$ 31

1 – Carne salteada com cebola e requeijão caseiro na

baguete tradicional

2 – Frango, pimentões defumados, maionese

de abacate e tomate na baguete tradicional

3 – Vegetariano: legumes grelhados e molho de

iogurte com hortelã na folha de pão de queijo

QUEIJOS BRASILEIROS

Queijo do cafezinho (15 g) R\$ 3

Tábua de 3 queijos (90 g) R\$ 18

(acompanhada de geleia caseira e picles Bio)

Tábua de 6 queijos (180 g) R\$ 33

(acompanhada de geleia caseira e picles Bio)



PETISCOS

Steak tartare com saladinha verde R\$ 29

Chips do dia R\$ 15

Bolinho do dia R\$ 22

Queijo coalho com melaço de cana R\$ 22

Bolinho de tapioca com molho de açaí R\$ 22

ARROZES E CALDOS

R\$ 36

Mexidinho de coxão mole com couve

Mexidinho abobrinha com queijo coalho

Canja de galinha com mix de arroz integral

Tomate com coco

PROTEÍNAS

Escolha 1 acompanhamento

R\$ 48

Pirarucu com purê de açaí

Milanesa grelhada

Galeto de TV

Hambúrguer de milho com quiabo

Peito de frango

ACOMPANHAMENTOS

Arroz branco R\$ 8

Arroz integral com mix de grãos R\$ 8

Feijão gordo R\$ 8

Feijão vegetariano R\$ 10

Farofa de talos R\$ 8

Legumes grelhados R\$ 10

Batata doce R\$ 8

Mandioca cozida R\$ 8

Saladinha de folhas verdes orgânicas R\$ 8

ACOMPANHAMENTOS

DO DIA

R\$ 10

Na brasa: Banana da terra

Cozido: Purê de cenoura com laranja

Frito: Tempurá de brócolis

Farofa: Torresmo

SALADAS

R\$ 29

Mexicana

Feijão roxo, tomate, pimentões assados, abacate,

alface orgânica, tortilha crocante, coentro e

molho de pimenta cambuci defumada

Italiana

Rúcula orgânica, farfale integral, tomate assado, queijo fresco,

croûtons e molho pesto de alho-poró manjeriço

Oriental

Bifun, moyashi, acelga, repolho roxo orgânico, brócolis, sunomono,

gergelim, molho de shoyu, missô e gengibre

Brasileira

Mix de folhas orgânicas, pupunha, quiabo grelhado, abóbora

assada, castanha-do-pará, coentro e molho de açaí

Árabe

Alface orgânica, pepino, tomate, hortelã, grão de bico, pão de

queijo crocante e molho tahine

SALADAS DO DIA

1. MIX DE FOLHAS ORGÂNICAS, mix de alfaces, rúcula, amaranto orgânico e molho de lentilha
2. PUPUNHA, mix de alfaces, tomate, cenoura orgânica, abobrinha, semente de girassol e vinagrete de limão
3. MIX DE GRÃOS, mix de folhas orgânicas, palmito grelhado, conserva de beterraba orgânica, chia e molho de aveia
4. MANGA, MAÇÃ, mix de folhas orgânicas, abacate orgânico, creme de queijo Canastra artesanal e crocante de casca de grão-de-bico
5. MANDIOQUINHA, CARÁ, BATATA DOCE, mix de alfaces, peito de frango grelhado, abobrinha, castanha de caju e pesto de alho-poró e manjeriço
6. ROSBIFE, mix de folhas orgânicas, brócolis, rabanete orgânico, tomate, aveia e molho de mostarda

Escolha extras para a sua salada

Básicos: R\$ 3 (cada um)

Sementes de girassol / Amaranto orgânico /

Mix de gergelim / Molho

Proteínas: R\$ 9 (cada uma)

Cogumelos orgânicos / Frango / Rosbife /

Ovo cozido / Abacate Orgânico



SOBREMESAS

Mandiocada

(creme de mandioca com coco e cumaru) R\$ 12

Pudim de doce de leite

(com crocante de queijo canastra) R\$ 17

Brownie Bio com castanha-do-pará

(brownie feito com farinha de arroz preto) R\$ 17

SOBREMESA DO DIA

Musse de chocolate com pimenta R\$ 13

SORVETES

1 bola R\$ 8

3 bolas R\$ 18

Sabores do dia

Tapioca

Coco

Chocolate

FRUTAS

Fruta do dia: Mamão

Fresca: R\$ 8

Grelhada: R\$ 9

Salada de frutas R\$ 10

Salada de frutas Bio R\$ 13

(preparada com suco de manga
e leve toque de pimenta jamaica)

BEBIDAS DA CASA

Chá gelado do dia R\$ 5

Abacaxi, cravo e coentro

Refresco do dia R\$ 5

Grumixama com água de coco

Água saborizada do dia R\$ 3

Capim-santo com pepino

Coco verde R\$ 7

Refrigerante artesanal de cítricos com gengibre R\$ 7

Refrigerante artesanal de framboesa com limão R\$ 7

Refrigerante artesanal de jabuticaba R\$ 7

Não aceitamos: cheque e vale refeição



SUGESTÃO BIO

R\$ 55

Sugestão 1

Costela assada com purê rústico de
batata e cebola caramelizada

Sugestão 2

Barriga de porco a pururuca com
farofa de castanhas e
legumes grelhados

Sugestão vegetariana

Berinjela com vinagrete de feijão
fradinho e tomate assado