



## ENTRADAS

2 Pupunha ao Limão Siciliano **VEG** 19,90

*Pedaços de palmito pupunha assados e salteados em suco de limão siciliano. (Não contém glúten)*

4 Couvert Árabe **VEG** 18,90

*Porções de homus e babaganush acompanhadas por pão sírio.*

5 Dadinhos de Tapioca **LEV** 19,90

*Dadinhos de queijo coalho e tapioca. Servidos com melado. (Não contém glúten)*



# PRATOS FRIOS

(Prato Principal)

---

15 Salada Árabe **VEG** 23,90  
*Mix de folhas regado com molho de romã. Acompanha lascas de pão sírio, homus, babaganush e tabule de quinoa.*

16 Salada Indiana **LEV** 26,90  
*Mix de folhas, tomate, pepino e cenoura regados com um molho de iogurte e hortelã. Acompanha tiras de frango, pedaços de queijo coalho grelhados e uma fina massa assada.*

14 Salada Siciliana **LEV** 25,90  
*Feita com penne integral, tomate cereja, rúcula, azeitona e ricota fresca. Finalizada com molho pesto, croutons e folhas de manjeriço. (Pode ser vegana, solicite a um garçom)*

17 Salada Suprema **VEG** 29,90  
*Cogumelos grelhados acompanhados por mix de folhas, broto de feijão, tomate seco, rabanete, pupunha, e molho agridoce de tangerina. (Não contém glúten)*

19 Salada de Salmão Imperial **LEV** 32,90  
*Mix de folhas, quinoa, manga, lâminas de rabanete e tiras de salmão defumado. Molho levemente apimentado.*

\* Todas os pratos podem ser acompanhados por um filé de frango sem hormônio ou tilápia grelhada com o acréscimo de R\$ 10,90 ao seu valor.

\* Inclua uma posta de salmão grelhada no seu prato por R\$ 17,90.

\* Nossos pratos sem glúten são indicados apenas a quem pretende reduzir seu consumo.



# PRATOS QUENTES

(Acompanha saladinha do dia)

---

## SEGUNDA-FEIRA

- 20 Veg Brasil **VEG** 22,90  
*Um clássico: Feijão preto, arroz cateto e vermelho, purê de abóbora, couve refogada, farofa e um bife vegano de sementes e cogumelos. (Não contém glúten)*
- 41 Tilápia Fit **LEV** 28,90  
*Filé de tilápia ao molho agridoce de abacaxi e pimentões. Acompanha mix de legumes, fatias de banana-da-terra grelhadas e mix de arroz cateto com vermelho. (Não contém glúten)*
- 44 Frango Honey Mustard **LEV** 28,90  
*Filé de frango ao molho de mostarda e mel. Servido com batatas rústicas assadas, brócolis salteados e bolinhos de arroz integral. (Não contém glúten)*
- 37 Chili Veg **VEG** 28,90  
*Um clássico mexicano repensado: Feito com proteína de soja e feijão amendoim. Acompanhado por arroz de coco com raspas de limão siciliano e tortilhas super crocantes.*
- 25 Risoto de Funghi Especial **LEV** 27,90  
*Risoto de funghi servido com uma tira de ricota em crosta de chia e tiras de banana-da-terra glaceadas em molho de maracujá. (Não contém glúten)*

\* Todas os pratos podem ser acompanhados por um filé de frango sem hormônio ou tilápia grelhada com o acréscimo de R\$ 10,90 ao seu valor.

\* Inclua uma posta de salmão grelhada no seu prato por R\$ 17,90.

\* Nossos pratos sem glúten são indicados apenas a quem pretende reduzir seu consumo.

# PRATOS QUENTES

(Acompanha saladinha do dia)

## TERÇA-FEIRA

20 Veg Brasil **VEG** 22,90

Um clássico: Feijão preto, arroz cateto e vermelho, purê de abóbora, couve refogada, farofa e um bife vegano de sementes e cogumelos. (Não contém glúten)

44 Frango Honey Mustard **LEV** 28,90

Filé de frango ao molho de mostarda e mel. Servido com batatas rústicas assadas, brócolis salteados e bolinhos de arroz integral. (Não contém glúten)

41 Tilápia Fit **LEV** 28,90

Filé de tilápia ao molho agridoce de abacaxi e pimentões. Acompanha mix de legumes, fatias de banana-da-terra grelhadas e mix de arroz cateto com vermelho (Não contém glúten)

Polenta Gratinada 28,90

Trio de polentas com molho artesanal de tomates. Pode vir em 2 versões:

21 **LEV** Com tiras de frango, finalizado com crispy de couve e queijo.

211 **VEG** Com cogumelos e finalizada com crispy de couve

27 Moqueca de Pupunha **VEG** 29,90

Feita com palmito pupunha, pimentões, alho-poró, finalizada com coentro. Acompanha arroz cateto com vermelho e farofa de banana-da-terra. (Não contém glúten)

\* Todas os pratos podem ser acompanhados por um filé de frango sem hormônio ou tilápia grelhada com o acréscimo de R\$ 10,90 ao seu valor.

\* Inclua uma posta de salmão grelhada no seu prato por R\$ 17,90.

\* Nossos pratos sem glúten são indicados apenas a quem pretende reduzir seu consumo.



# PRATOS QUENTES

(Acompanha saladinha do dia)

---

## QUARTA-FEIRA

20 Veg Brasil **VEG** 22,90

*Veg Brasil - Um clássico: Feijão preto, arroz cateto e vermelho, purê de abóbora, couve refogada, farofa e um bife vegano de sementes e cogumelos. (Não contém glúten)*

45 Tilápia com Gratin **LEV** 28,90

*Filé de tilápia coberto por legumes salteados, acompanhado por gratin de batatas e purê de ervilha com brócolis. (Não contém glúten)*

42 Frango Mineirinho **LEV** 28,90

*Mix de arroz cateto e vermelho com feijão fradinho, queijo coalho, coentro e pimenta biquinho. Servido com vagem refogada, purê de batata doce e um filé de frango grelhado. (Não contém glúten)*

23 Lasanha de Berinjela e Abobrinha **LEV** 27,90

*Feita com tiras de berinjela e abobrinha no lugar da massa tradicional. Recheada com bolonhesa de soja e gratinada com queijo.*

40 Feijoada Vegana **VEG** 29,90

*Feijoada com cubos de tofu, paio vegetal, calabresa vegetal e legumes defumados. Servida com arroz integral, farofa de banana-da-terra, couve refogada, vinagrete e rodela de laranja.*

\* Todas os pratos podem ser acompanhados por um filé de frango sem hormônio ou tilápia grelhada com o acréscimo de R\$ 10,90 ao seu valor.

\* Inclua uma posta de salmão grelhada no seu prato por R\$ 17,90.

\* Nossos pratos sem glúten são indicados apenas a quem pretende reduzir seu consumo.

# PRATOS QUENTES

(Acompanha saladinha do dia)

## QUINTA-FEIRA

20 Veg Brasil **VEG** 22,90

*Um clássico: Feijão preto, arroz cateto e vermelho, purê de abóbora, couve refogada, farofa e um bife vegano de sementes e cogumelos. (Não contém glúten)*

46 Frango Lev **LEV** 28,90

*Filé de frango grelhado servido com legumes e cogumelos paris salteados em azeite de ervas e porção de quinoa levemente picante com legumes e manga. (Não contém glúten.)*

41 Tilápia Fit **LEV** 28,90

*Filé de tilápia ao molho agridoce de abacaxi e pimentões. Acompanha mix de legumes, fatias de banana-da-terra grelhadas e mix de arroz cateto com vermelho. (Não contém glúten)*

22 Gnocchi de Banana-da-terra ao Tri Funghi **VEG** 29,90

*Gnocchi de banana-da-terra com molho artesanal de tomate e cogumelos grelhados. Acompanha chips de banana-da-terra.*

28 Especial VEG E LEV

*Toda quinta, sexta e sábado temos um prato especial para você experimentar! Consulte um garçom.*

\* Todas os pratos podem ser acompanhados por um filé de frango sem hormônio ou tilápia grelhada com o acréscimo de R\$ 10,90 ao seu valor.

\* Inclua uma posta de salmão grelhada no seu prato por R\$ 17,90.

\* Nossos pratos sem glúten são indicados apenas a quem pretende reduzir seu consumo.

# PRATOS QUENTES

(Acompanha saladinha do dia)

## SEXTA-FEIRA

20 Veg Brasil **VEG** 22,90

*Um clássico: Feijão preto, arroz cateto e vermelho, purê de abóbora, couve refogada, farofa e um bife vegano de sementes e cogumelos. (Não contém glúten)*

47 Tilápia à Caprese **LEV** 28,90

*Filé de tilápia numa crosta de chia acompanhado por ervilhas-tortas salteadas e gnocchi de batata-baroa ao pesto de manjeriço, queijo branco e tomate cereja.*

42 Frango Mineirinho **LEV** 28,90

*Mix de arroz cateto e vermelho com feijão fradinho, queijo coalho, coentro e pimenta biquinho. Servido com vagem refogada, purê de batata doce e um filé de frango grelhado. (Não contém glúten)*

24 Risoto Negro **VEG** 27,90

*Risoto de arroz negro numa base cremosa de pimentão. Finalizado com redução de maracujá e crispies de banana-da-terra.*

28 Especial VEG E LEV

*Toda quinta, sexta e sábado temos um prato especial para você experimentar! Consulte um garçom.*

\* Todas os pratos podem ser acompanhados por um filé de frango sem hormônio ou tilápia grelhada com o acréscimo de R\$ 10,90 ao seu valor.

\* Inclua uma posta de salmão grelhada no seu prato por R\$ 17,90.

\* Nossos pratos sem glúten são indicados apenas a quem pretende reduzir seu consumo.



# PRATOS QUENTES

(Acompanha saladinha do dia)

---

## SÁBADO

400 Feijoada Vegana **VEG** 37,90

*Feijoada com cubos de tofu, paio vegetal, calabresa vegetal e legumes defumados. Servida com arroz integral, farofa de banana-da-terra, couve refogada, vinagrete e rodela de laranja.*

370 Chili Veg **VEG** 35,90

*Um clássico mexicano repensado: Feito com proteína de soja e feijão amendoim. Acompanhado por arroz de coco com raspas de limão siciliano e tortilhas super crocantes.*

450 Tilápia com Gratin **LEV** 35,90

*File de tilápia coberto por legumes salteados, acompanhado por gratin de batatas e purê de ervilha com brócolis. (Não contém glúten)*

260 Salmão Sereia **LEV** 39,90

*Salmão marinado em vinho branco acompanhado por talharim ao molho de espinafre e legumes grelhados.*

280 Especial VEG E LEV

*Toda quinta, sexta e sábado temos um prato especial para você experimentar! Consulte um garçom.*

\* Todas os pratos podem ser acompanhados por um filé de frango sem hormônio ou tilápia grelhada com o acréscimo de R\$ 10,90 ao seu valor.

\* Inclua uma posta de salmão grelhada no seu prato por R\$ 17,90.

\* Nossos pratos sem glúten são indicados apenas a quem pretende reduzir seu consumo.





## SOBREMESAS

---

### Taça de Brownie

*Brownie vegano servido em cubos na taça com sorvete e ganache de chocolate. (Não contém glúten)*

- |                        |       |
|------------------------|-------|
| 51 Sorvete Tradicional | 14,00 |
| 501 Sorvete Veg        | 19,00 |

### 52 Bolo Trufado Vegano **VEG** 14,00

*Fatia de bolo trufado vegano, sem açúcar refinado e coberta por uma ganache vegana de chocolate.*

### 53 Banoffee Vegana Desconstruída **VEG** 14,00

*Massa feita com castanhas, caramelo cremoso de leite de coco e tâmaras, creme de leite de coco batido e banana. Sem açúcar, apenas o doce das frutas. (Não contém glúten)*

### 751 Cheesecake no copinho **LEV** 8,00

*Base de castanhas, creme leve de cream cheese e baunilha coberto por uma calda de frutas vermelhas com especiarias. (Não contém glúten)*

## CAFÉS E CHÁ

---

- |                            |      |
|----------------------------|------|
| 90 Espresso Orgânico Curto | 5,50 |
| 91 Espresso Orgânico Longo | 5,50 |
| 93 Chá de Capim-Limão      | 5,00 |

• Nossos pratos sem glúten são indicados apenas a quem pretende reduzir seu consumo.



## BEBIDAS

---

604 Suco de Abacaxi com Capim Limão 500 ml	10,90
608 Suco de Manga com Hibisco 500 ml	10,90
700 Suco de Laranja, Limão e Gengibre 500 ml	10,90
702 Mate Orgânico Batido com Limão 500 ml	10,90
80 Água Mineral Sem Gás	4,50
81 Água Mineral Com Gás	4,50

## CERVEJAS

---

103 Stella Artois - Lager - 275 ml	6,90
------------------------------------	------

## VINHOS

---

Consulte um garçom sobre as opções disponíveis.



O cardápio do Veg e Lev foi pensado e elaborado com o objetivo de oferecer uma alimentação mais saudável, nutritiva e equilibrada para você.

O conjunto das saladas, entradas e pratos principais, estão em perfeita harmonia através dos sabores, qualidade dos alimentos até a nutrição, incluindo vitaminas, minerais, fibras e as proteínas vegetais.

Cada prato traz ainda pelos menos um alimento funcional, os quais oferecem inúmeros benefícios para a saúde do nosso organismo.

Desfrute desta mistura de sabores e nutrição.

*Nutricionista – Astrid Pfeiffer.*

---

***Embalagem para viagem: 3,00***  
***Cobramos 10% de taxa de serviço.***

---