



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-cereja, 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 manjeriçom. (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 Esparta **LEV** 29,90
Mix de folhas, grão-de-bico, grãos de aveia, brócolis, tomate-cereja, mix de pimentões, ovo de codorna, abobrinha grelhada, berinjela grelhada, fatias de frango, salsinha e molho de manga.

* 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

Filé 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.
