

monte sua salada

ESCOLHA DE 5 a 15 ITENS DO GRUPO I E UM MOLHO PARA MONTAR SUA SALADA.

Choose from 5 to 15 itens from group I and one dressing to fix your salad.

* Indicado para uma salada de baixa caloria / Indicated for a low calorie salad

Nome / name: _____

Salada / Salad: Pequena / Small

Grande / Large

GRUPO I - GROUP I

VERDURAS E LEGUMES / Vegetables

- * Alface americana / American lettuce
- * Alface roxa / Purple lettuce
- * Agrião / Water cress
- * Tomate / Tomato
- * Alho-poró / Leeks
- * Cebola picada / Grated onion
- Cenoura ralada / Grated carrot
- Beterraba cozida / Beetroot
- * Pepino / Cucumber
- * Rúcula / Rucula
- * Couve-flor / Cauliflower
- * Brócolis / Broccoli
- Berinjela / Eggplant
- * Palmito / Palm hearts
- Batata palha / Crispy potato
- * Salsa / Parsley
- * Coentro / Cilantro

FRUTAS / Fruits

- * Mamão em cubos / Papaya
- * Laranja em gomos / Orange
- * Melão em cubos / Melon
- * Abacaxi / Pineapple
- * Manga / Mango

PROTEÍNAS / Proteins

- * Frango defumado / Smoked chicken
- Atum / Tuna
- Carne assada desfiada / Roasted meat
- Presunto / Ham
- Ovo cozido / Cooked egg
- Queijo parmesão ralado / Parmesan cheese
- Queijo prato / American cheese
- * Queijo minas / White cheese

COMPLEMENTOS / Complements

- Massinha parafuso / Pasta - fusili
- Pão de alho em cubos / Garlic croutons
- Passas / Raisins
- * Champignon / Mushroom
- Alcaparra / Caper

GRÃOS (CEREAIS E LEGUMINOSAS) /

Cereals and grains

- Arroz integral / Whole rice
- Feijão fradinho / Blackeye peas
- Milho em conserva / Corn

GRUPO 2 (ITENS ESPECIAIS) / GROUP 2 (Special Itens)

Para cada item especial será adicionado R\$ 4,50 /

For each special item will be added R\$4,50.

- Mussarela de búfala / Buffalo's mussarela
- Lascas de presunto de parma / Chips of Parma's ham
- Lascas de parmesão italiano / Chips of italian parmesan cheese
- Tomate seco / Dry tomato
- Salmão defumado / Smoked salmon
- Rosbife / Roast beef
- Arroz de 7 cereais / 7 cereals rice
- Kani / Kani
- Radicchio / Radicchio
- Nozes picadas / Pricked nuts
- Broto de alfafa / Alfalfa's sprout



MOLHOS / Dressing

MUITO / Large

POUCO / Small

NORMAL / Regular

SEM MOLHO / Without

- Molho do Chef / Chef's
Iogurte, mostarda, mel, vinho branco, manjeriçao, orégano e vinho balsâmico
Yogurt, mustard, honey, basil, white wine, oregano and balsamic vinegar
- Molho Gorgonzola / Gorgonzola cheese
Creme de leite, azeite e gorgonzola
Cream, olive oil and gorgonzola cheese
- Molho light / light
Iogurte, limão, mostarda e hortelã
Yogurt, lemon, mustard and mint
- Molho Francês / French
Azeite, vinagre, mostarda e aneto
Olive oil, vinegar, mustard and dill

- Molho Delícia / Delice
Azeite, alho, manjeriçao, iogurte, nozes e queijo parmesão
Olive oil, garlic, basil, parmesan, yogurt and nuts
- Molho Italiano / Italian
Azeite, alho, orégano e limão
Olive oil, garlic, oregano and lemon
- Molho Golf / Golf
Creme de leite, azeite, maionese e ketchup
Cream, olive oil, mayonnaise and ketchup
- Molho Oriental / Oriental
Molho shoyo, azeite e óleo de gergelim
Shoyu sauce, olive oil and sesame oil