SALADAS

Tucanos

P+ M G TAMANHO

S N MISTURADO

S N VIAGEM

VEGANO · VEGETARIANO · SEM LACTOSE · SEM TRIGO

*(Sem proteína. Acompanhamento de escondidinho, sanduba e wrap)

ESCOLHA AS FOLHAS

- [ ] Alface Americana
- [ ] Mix de folhas (rucula, alface americana e crespa, agrião e chicória italiana)

ESCOLHA ATÉ 5 ITENS

ADICIONE + SABOR COM ADICIONAIS EXTRAS

P : R$2.00

M : R$2.00

G: R$4.00

- [ ] Abacate
- [ ] Abacaxi
- [ ] Azeitona preta
- [ ] Beterraba Ralada
- [ ] Brócolis
- [ ] Cebola roxa
- [ ] Cenoura Ralada
- [ ] Croutons
- [ ] Manga
- [ ] Massa de arroz ao pesto
- [ ] Mix de sementes (Gergelim negro, chia, linhaça, pepita de girassol e semente de abóbora)
- [ ] Milho
- [ ] Morango
- [ ] Nuts Mix (castanha de caju e do Pará, nozes, amendoim e uva passas) **+2,00**
- [ ] Ovo cozido
- [ ] Palmito
- [ ] Pepino Japonês
- [ ] Picles
- [ ] Pimentão Verde
- [ ] Quinoa cozida
- [ ] Repolho Roxo
- [ ] Tomate Cereja **+1,00**
- [ ] Tomate Fresco
- [ ] Tomate Seco
- [ ] Uvas passas
- [ ] Grão de bico

ESCOLHA ATÉ 2 MOLHOS/ CREMES

- [ ] Creme de Oliva especial (maionese de azeite de oliva com especiarias)
- [ ] Mostarda e Mel
- [ ] Parmesão/Caesar
- [ ] Pesto (azeite de oliva, manjericão, oleaginosas, sal e pimenta calabresa)
- [ ] Sem molho

QUER MOLHO EXTRA?

- M [ ] 4,00
- G [ ] 6,00

ESCOLHA ATÉ 3 TEMPEROS/ OUTROS

- [ ] Azeite de Oliva
- [ ] Chia
- [ ] Lemon Pepper
- [ ] Limão
- [ ] Linhaça
- [ ] Orégano
- [ ] Pimenta Calabresa
- [ ] Sal Rosa
- [ ] Vinagre
- [ ] Vinagre balsâmico

ESCOLHA 1 PROTEÍNA 50g - 100g

Atum	+8,00	+14,00
Bacon	+6,00	+10,00
Carne seca	+9,00	+15,00
Costela Desfiada	+10,00	+18,00
Cogumelo	+7,00	+12,00
Frango Desfiado	+6,00	+10,00
Frango Grelhado	+8,00	+14,00
Frango Teriyaki	+9,00	+16,00
Lombo Copa Defumado	+7,00	+12,00
Salmão	+10,00	+18,00
Sem Carne		

QUEIJO 15g - 30g

Búfala	+4,00	+8,00
Cheddar	+3,00	+6,00
Gouda	+4,00	+8,00
Mussarela	+3,00	+6,00
Ricota de tofu	+3,00	+6,00
Ricota Temperada	+3,00	+6,00
Sem queijo		

SANDUBAS

Tucanos

QUENTE OU FRIO

S N VIAGEM

VEGANO · VEGETARIANO · SEM LACTOSE · SEM TRIGO

ESCOLHA 1 PÃO

- [ ] Australiano
- [ ] Brasileirinho
- [ ] Integral
- [ ] Milho
- [ ] Sem Trigo Baguete — EM BREVE
- [ ] Wrap +3,00

ESCOLHA ATÉ 4 ITENS

CADA ADICIONAL EXTRA + 2.00

- [ ] Abacate
- [ ] Abacaxi
- [ ] Alface Americana
- [ ] Azeitona Preta
- [ ] Beterraba Ralada
- [ ] Cebola roxa
- [ ] Cenoura Ralada
- [ ] Granola Salgada
- [ ] Milho
- [ ] Mix de folhas (rúcula, alface americana e crespa, agrião e chicória italiana)
- [ ] Ovo cozido
- [ ] Palmito
- [ ] Pepino Japonês
- [ ] Picles
- [ ] Pimentão Verde
- [ ] Quinoa cozida
- [ ] Repolho Roxo
- [ ] Tomate Cereja +1,00
- [ ] Tomate Fresco
- [ ] Tomate Seco
- [ ] Uvas passas

ESCOLHA ATÉ 2 CREMES/ MOLHOS

- [ ] Cream Cheese +1,00
- [ ] Creme de Oliva especial (maionese de azeite de oliva com especiarias)
- [ ] Maionese Hellman's
- [ ] Mostarda e Mel
- [ ] Parmesão
- [ ] Pesto (azeite de oliva, manjericão, oleaginosas, sal e pimenta calabresa)
- [ ] Requeijão
- [ ] Sem molho

ESCOLHA ATÉ 3 COMPLEMENTOS

- [ ] Azeite de Olivia
- [ ] Lemon Pepper
- [ ] Limão
- [ ] Orégano
- [ ] Pimenta Calabresa
- [ ] Vinagre
- [ ] Vinagre Balsâmico
- [ ] Sal Rosa

ESCOLHA SUA PROTEÍNA 50g - 100g

Atum	+8,00	+14,00
Bacon	+6,00	+10,00
Carne seca	+9,00	+15,00
Costela Desfiada	+10,00	+18,00
Cogumelo	+7,00	+12,00
Frango Desfiado	+6,00	+10,00
Frango Grelhado	+8,00	+14,00
Frango Teriyaki	+9,00	+16,00
Lombo Copa Defumado	+7,00	+12,00
Salmão	+10,00	+18,00
Sem Carne		

ESCOLHA 1 QUEIJO 15g - 30g

Búfala	+4,00	+8,00
Cheddar	+3,00	+6,00
Gouda	+4,00	+8,00
Mussarela	+3,00	+6,00
Ricota de tofu	+3,00	+6,00
Ricota Temperada	+3,00	+6,00
Sem queijo		