

grow

CAFÉ • BRUNCH • 24H

MENU





Torre Caprese

Excelente na eliminação de toxinas do organismo. Favorece a saúde da próstata, prevenindo contra o câncer e auxiliando na saúde do coração. Uma linda apresentação exclusica Grow, com tomate e berinjela grelhados que deve ser pedido por todo amante de saladas.

Papel Reciclável ♻ Respeitamos a Natureza

Grow Healthy Food ® é marca registrada. Todos os direitos reservados.

Entradas

Alimentos leves, com ingredientes cuidadosamente selecionados atiçam o paladar para o que está por vir.

Salada de Camarão — 69
CRUSTÁCEO

160gr de camarões dourados selecionados, refogado no azeite e limão. Acompanha alface, tomate e temperos da casa. Com molho especial da casa.

Torre Caprese — 39
LEITE LACTOSE

Espetacular salada caprese em formato de torre. Suculentos legumes que compõe a tradicional salada italiana com o tomate, muçarela de búfala, adição da abobrinha e berinjela grelhados regados ao azeite extra-virgem e delicados pedaços de azeitonas pretas.

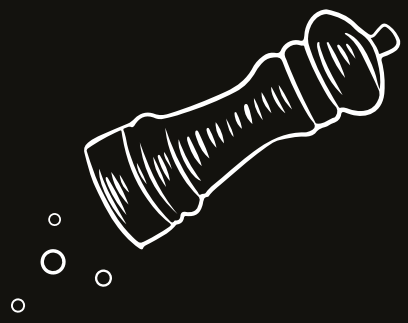
Grow Salada — 29
LEITE LACTOSE

Alface americana, brócolis, cenoura, vagem, tomate, ricota marinada da casa, sementes de abóbora, sementes de chia e sementes de girassol, que compõe com grande variedade essa completa salada especial da casa.

Tartar de Abacate — 21
GLÚTEN

Saborosa fruta de abacate e tomate em pedacinhos com leve toque de cebola numa proposta altamente nutritiva para todas as horas. Acompanha torradas de pão folha integral ao forno.

USO CONSCIENTE DO SAL



Legenda:

VEGANO

ESTES PRODUTOS CONTÉM: GLÚTEN, LACTOSE, LEITE, OVO, SOJA, CRUSTÁCEO, PEIXE, AMÊNDOA, CORANTE, CASTANHA



Risoto Bicolor Integral de Camarão ao Estilo da Casa

Nosso risoto integral bicolor inclui os benefícios do arroz integral e do arroz vermelho. Uma de suas propriedades é a monocolina, substância responsável por diminuir os índices do colesterol ruim no sangue e assim evitar derrames cerebrais e infartos. Promove a melhora das funções intestinais e digestivas. Já o camarão é bom para os ossos, ajuda a manter a pele bonita e é útil até na prevenção de alguns tipos de câncer. Entre seus benefícios citamos o baixo teor de gordura e elevada quantidade de proteína.

Papel Reciclável ♻ Respeitamos a Natureza

growhf

Grow Healthy Food ® é marca registrada. Todos os direitos reservados.

Da terra, ar e mar.

Tornedor de Filé c/ Purê de Inhame e Shitake 99

LACTOSE LEITE SOJA

Filé mingnon (200g) feito no molho de vinho tinto à moda da casa acompanhado de purê de inhame e shitake natural.

Salmão com Quinoto 98

PEIXE

Magnífica quinoa temperada no limão com brócolis e tomate acompanha nosso suculento salmão (200g) em crosta de quinoa crocante feita no óleo de coco.

Salteado de Legumes com Iscas de Filé Mingnon 65

Filé mingnon em tiras (150g) com legumes (vagem, cenoura, torta e abobrinha) e arroz cateto integral bicolor

Frango ao Curry 48

Inspirada da cozinha indiana e utilizando-se dos diversos temperos saudáveis como gengibre, canela, curry e páprica, o frango natural (150g) é feito de arroz cateto integral.

Frango com Penne no Molho Pesto Especial 49

LEITE LACTOSE CASTANHA

200g de frango natural suavemente temperado com manjericão, queijo parmesão e vinho branco acompanhado de penne ao molho pesto especial.

Massas

Risoto Integral Bicolor de Camarão ao Estilo da Casa 89

LEITE LACTOSE CASTANHA CRUSTÁCEO

Arroz vermelho e arroz cateto integral combinado com queijo parmesão, tomate cereja, castanhas de caju ao estilo da casa. Transformam o tradicional risoto de camarão (150g) em um prato puro e saudável, transmitindo leveza, sabor e suculência.

Risoto Japonês 49

SOJA

Inspirado na cozinha japonesa utilizamos o tradicional arroz japonês com brócolis acompanhado de shitake como fonte protéica deliciosa. Impecável combinação para quem deseja evitar proteína animal mas procura manter-se com uma alimentação equilibrada

Legenda:

VEGA VEGANO

ESTES PRODUTOS CONTÉM: GLÚTEN LACTOSE LEITE OVO SOJA CRUSTÁCEO PEIXE AMÊNDOA CORANTE CASTANHA



Tornedor de Filé com Purê de Inhame e Shitake

Engana-se quem pensa que a carne vermelha é inimiga da saúde. Ela é rica em proteínas e fornece ao organismo nutrientes essenciais. É um alimento que contêm vitaminas que não são encontradas em nenhum outro alimento, deve ser consumida na medida certa. Aliado ao inhame, fonte de carboidrato de absorção lenta, portanto de baixo índice glicêmico. Fonte de vitamina C, E, potássio ajuda a proteger o corpo de radicais livres.

Papel Reciclável ♻ Respeitamos a Natureza

Sobremesa

Temos opções para se comer com prazer e sem peso na consciência. Delicie-se sem culpa!

Brigadeiros de Biomassa de Banana Verde e Chocolate Meio Amargo 26

Brigadeiros com chocolate meio amargo sem glúten feito de biomassa de banana verde, acompanhado de morango. Não utilizamos açúcar, leite condensado ou insumos do brigadeiro tradicional.



Legenda:

VEGA VEGANO

ESTES PRODUTOS CONTÉM: GLÚTEN, LACTOSE, LEITE, OVO, SOJA, CRUSTÁCEO, PEIXE, AMÊNDOA, CORANTE, CASTANHA



grow

CAFÉ · BRUNCH · 24H

growhf

VISA MasterCard Diners Club INTERNATIONAL elo

Todos os dias 24h