



PARQUE DAS AVES

CARDÁPIO

ENTRADAS

Produtos frescos direto da nossa horta



R\$ 26

Salada da nossa horta

Folhas de alface, rúcula e almeirão, cenoura, beterraba ralada, tomate cereja, palmito e cebola roxa. Acompanha [mix de sementes](#) e [parmesão vegano](#). Servido com [molho de hortelã](#).

Mix de sementes:

Amendoim, abóbora, gergelim, óleo de girassol, melado de cana, orégano, páprica e açafrão.

Parmesão vegano:

Amêndoas, amendoim, castanha-do-pará, castanha-de-caju, alho em pó, mostarda em pó e leveduras nutricionais saudáveis.

Molho de hortelã:

Folhas de hortelã, suco de limão, azeite, alho e cebola.



VEGETARIANO



VEGANO

PRATOS PRINCIPAIS



R\$ 32

Filé da mata

Bife de alcatra grelhado e [vinagrete](#), servido com arroz branco e batata rústica assada com ervas. Acompanha minissalada de alface, tomate, cenoura e beterraba raladas e [mix de sementes](#). Servido com [molho de hortelã](#).



R\$ 30

Filé de frango

Filé de frango grelhado e ovo frito, servido com arroz branco e batata rústica assada com ervas. Acompanha minissalada de alface, tomate, cenoura e beterraba raladas e [mix de sementes](#). Servido com [molho de hortelã](#).

[Vinagrete:](#)

Cebola roxa, tomate, pimentões verde, amarelo e vermelho, cheiro-verde, limão e azedinha (PANC).

[Mix de sementes:](#)

Amendoim, abóbora, gergelim, óleo de girassol, melado de cana, orégano, páprica e açafraão.

[Molho de hortelã:](#)

Folhas de hortelã, suco de limão, azeite, alho e cebola.



PANC

PRATOS PRINCIPAIS



R\$ 30

Tilápia ao molho de cogumelo e alcaparra

Tilápia ao molho de cogumelos paris e alcaparra, servido com arroz branco, e cenoura baby, vagem, brócolis e abobrinha verde salteados na manteiga.



R\$ 28

Espaguete ao pomodoro

Espaguete ao molho de tomate temperado com ora-pro-nóbis e queijo coalho, acompanhado de crocante de parmesão



LIGHT



PANC



VEGETARIANO

LANCHES



R\$ 26

Tri legal burger

Hambúrguer caseiro de carne bovina de 150 g, cream cheese, queijo gorgonzola e queijo muçarela, acompanhado de molho barbecue, fatias de bacon e folhas de rúcula, servido em pão de hambúrguer



R\$ 26

Hambúrguer de cogumelos

Hambúrguer artesanal à base de três cogumelos (shitake, shimeji e paris) com queijo derretido, rúcula, tomate, cenoura ao molho de limão e maionese de rúcula, servido em pão de hambúrguer



VEGETARIANO

LANCHES



R\$ 29

Combo Parque das Aves

Cheese salada + Batata frita + Suco de laranja



R\$ 20

Kids burger

Hambúrguer caseiro de carne bovina de 150 g com queijo muçarela derretido e maionese, servido em pão de hambúrguer, acompanhado de porção de fritas



VEGETARIANO

PORÇÕES



R\$ 25

Combo fritas

Nuggets caseiros de peito de frango e batata frita



R\$ 22

Bolinhas de queijo

Bolinhas de queijo artesanais, acompanhadas de molho golf (ketchup temperado com suco de laranja e conhaque)



VEGETARIANO

PORÇÕES



R\$ 8

Batata frita individual (120g)

Porção individual de batata frita



R\$ 22

Dadinhos de tapioca

Cubinhos fritos de tapioca e queijo coalho temperados com ora-pro-nóbis, acompanhados de geleia de abacaxi e pimenta fresca



PANC



VEGETARIANO

BEBIDAS

R\$ 3

Água mineral (sem gás)

R\$ 5

Água mineral (com gás)

R\$ 15

Chopp (500 ml)

R\$ 8

Refrigerante em lata

SUCOS NATURAIS

R\$ 10

Laranja, manga, abacaxi ou maracujá

R\$ 12

com leite



500 ml

SUCOS MISTOS DE FRUTAS

R\$ 12

Alto astral

Laranja, manga, banana

R\$ 12

Refreshante

Abacaxi, laranja e maracujá

R\$ 12

Energia positiva

Laranja, cenoura, beterraba

COQUETÉIS

R\$ 15

Caipirinha

Cachaça, limão, açúcar e gelo



CAFÉS E CHÁS

Café expresso

R\$ 3

(pequeno)

R\$ 5

(grande)

R\$ 6

Café com leite

R\$ 10

Cappuccino

R\$ 8

Chocolate quente

R\$ 3

Chás diversos

R\$ 5

(com leite)

R\$ 2

(adicional chantilly)



SOBREMESAS

R\$ 10

Salada de frutas

R\$ 15

(com sorvete)

Consulte sobremesas do dia no balcão

R\$ 15

Açaí simples (300 g)

R\$ 18

(com banana e granola vegana)

R\$ 20

Açaí camadinha (300 g)

com leite em pó e leite condensado

R\$ 22

Açaí com morango (300 g)

Adicionais:

R\$ 2

granola vegana

R\$ 3

leite condensado

R\$ 2

banana

R\$ 5

leite em pó

R\$ 5

morango

Granola vegana:

Flocos de aveia, milho e arroz, coco ralado fresco, uva passa, amêndoas, castanha-do-pará, castanha-de-caju, amendoim, nozes, óleo de coco, melado de cana e essência de baunilha.



PARQUE DAS AVES

parquedasaves.com.br

  [parquedasaves](#)