




PEÇA NO DELIVERY

ifood Rappi

OU PELO NOSSO WHATSAPP

 (11) 91602-7300

PROCURANDO INSPIRAÇÃO?

@COMA.SALU

TABELA NUTRICIONAL

COMASALU.COM.BR

SALADA

VEGGIE 

SEM LAC. 

GLÚTEN 



new **CARPACCIO BOWL** 

G R\$ 51,90 | M R\$ 49,90

Carpaccio, rúcula, parmesão e crouton integral de quinoa.

Molho sugerido: Mostarda temperada



new **EAT YOUR GREENS**  

vegetariano **G R\$ 45,90 | M R\$ 43,90**
frango em cubos **G R\$ 56,90 | M R\$ 54,90**

Kale, cebola caramelizada, guacamole, alface americana, edamame e brócolis assado.

Molho sugerido: Pesto



best seller **FRANGO & PESTO** 

G R\$ 54,90 | M R\$ 52,90

Penne integral, alface americana, queijo de cabra, rúcula, frango em cubos, tomate cereja e amêndoas laminadas. Molho sugerido: Pesto



WINTER BEET

G R\$ 62,90 | M R\$ 59,90

Rúcula, mix de folhas, frango em cubos, quinoa, cebola roxa, amêndoas laminadas, abóbora cabotiá assada com páprica, beterraba marinada, queijo de cabra e tomate cereja.

Molho sugerido: Balsâmico



promo da nutri **PARM SALAD** 

M R\$ 47,90

Frango em cubos, mix de folhas, parmesão, tomate cereja, penne integral e molho pesto.



promo da nutri **SWEET CHICKEN** 

M R\$ 47,90

Frango em cubos, cenoura ralada, tomate cereja, mix de folhas, ovo cozido, chips de batata doce e molho mostarda e mel.

HOT BOWL



best seller **BIFUM BOWL** 

M R\$ 54,90

Bifum, mix de folhas, crispy chicken assado, cenoura assada, castanha de caju crispy, tomate cereja e pepino.

Molho sugerido: Spicy sauce



GREEK

frango em cubos R\$ 56,90

falafel assado R\$57,90 

Alface americana, cuscuz marroquino, pepino japonês, cebola roxa, coalhada seca, tomate cereja e azeitona preta.

Molho sugerido: Tahine

WRAP NA COUVE

new

LOWRAP POR BERTHA

mix low carb criado pela @berthajuca

R\$ 45,90

Frango em cubos, coalhada seca, tomate cereja, cebola roxa e pepino.

Molho sugerido: Tahine

CARPACCIO ROLL

R\$ 45,90

Carpaccio, rúcula e parmesão.

Molho sugerido: Mostarda temperada



**new** CARPACCIO

R\$ 49,90

Carpaccio, rúcula e parmesão.
Molho sugerido: Mostarda temperada

best seller MEXICAN

R\$ 52,90

Guacamole, alface americana, mussarela de búfala, frango em cubos e mussarela ralada. Molho sugerido: Mostarda e mel

**CRISPY MEXICAN**

R\$ 52,90

Crispy chicken assado, guacamole, alface americana, mussarela de búfala e mussarela ralada.

Molho sugerido: Mostarda e mel

HOMUS CHICKEN

R\$ 52,90

Frango em cubos, mussarela ralada, tomate cereja, homus e alface americana.

Molho sugerido: Tahine

ITALIAN

R\$ 47,90

Alface americana, mussarela de búfala, tomate cereja, mussarela ralada e frango desfiado.

Molho sugerido: Mostarda e mel

NEW TUNA

R\$ 52,90

Atum em conserva, mussarela de búfala, ovo cozido, cebola roxa caramelizada e alface americana.

Molho sugerido: Azeite e limão

SUPER CHICKEN

R\$ 52,90

Alface americana, vinagrete de milho, ovo cozido, mussarela ralada, frango desfiado e mussarela de búfala.

Molho sugerido: Mostarda e mel

FRANGO & PESTO

R\$ 52,90

Alface americana, tomate cereja, mussarela ralada, coalhada seca e frango em cubos.

Molho sugerido: Pesto

TORTA PROTEICA**FRICASSÉ DE FRANGO**
ou **TORTA DE PALMITO**

sem salada R\$ 18,90

com salada R\$ 35,90

Alface americana, cenoura ralada, tomate cereja e molho de sua escolha.





MONTE O SEU

BOWL GRANDE

R\$ 43,90

3 bases, 5 complementos e 1 molho

BOWL MÉDIO

R\$ 40,90

2 bases, 3 complementos e 1 molho

BOWL PEQUENO

R\$ 37,90

1 base, 3 complementos e 1 molho

WRAP

R\$ 43,90

3 bases, 5 complementos e 1 molho

MOLHO EXTRA R\$5,90

COMPLEMENTO EXTRA R\$5,90

1. BASES

Alface americana	Mix de folhas
Bifum	Penne integral
Cuscuz marroquino	Quinoa
Kale	Rúcula

2. COMPLEMENTOS

new Crouton Integral de quinoa	Edamame
Abóbora cabotiá assada	Grão de bico assado
Abobrinha grelhada	Guacamole
Amêndoas laminadas	Lascas de parmesão
Azeitona preta	Manga
Batata doce assada	Milho peruano crocante
Beterraba marinada	Mussarela de búfala
Berinjela no missô	Mix de cogumelos
Brocólis assado temperado	Ovo cozido
Castanha de caju crispy	Pepino japonês
Cebola caramelizada	Spaghetti de pupunha
Cebola roxa	Tomate cereja
Cenoura assada	Vinagrete de milho
Cenoura ralada	
Chips de batata doce	
Couve flor assado	

3. PROTEÍNAS

new Carpaccio 60g	R\$ 19,90
Atum em conserva 80g	R\$ 16,90
Coalhada seca 70g	R\$ 13,90
Crispy chicken assado 100g	R\$ 18,90
Dadinhos de tapioca 70g	R\$ 5,90
Falafel assado 100g	R\$ 10,90
Frango em cubos 100g	R\$ 11,90
Frango desfiado 100g	R\$ 11,90
Homus 80g	R\$ 11,90
Queijo de cabra 20g	R\$ 7,90
Salmão cru em cubos 80g	R\$ 20,90
Salmão cru em cubos com raspas de limão siciliano 80g	R\$ 22,90
Salmão grelhado 80g	R\$ 22,90
Tofu orgânico marinado 70g	R\$ 15,90

4. MOLHOS

new Mostarda temperada	Oriental
Azeite e limão	Pesto
Balsâmico	Spicy sauce
Coentro fusion	Special lime
Mostarda e gergelim	Tahine
Mostarda e mel	

SHAKES PROTEICOS



TROPICAL MANGO

14,5G DE PROTEÍNA | 400ML | R\$ 15,90

Manga, maracujá, iogurte sem lactose, gengibre e colágeno.

PEANUT BERRY

14,3G DE PROTEÍNA | 400ML | R\$ 15,90

Frutas vermelhas, iogurte sem lactose, banana, hortelã, pasta de amendoim Naked Nuts e mel.

AÇAÍ BASIL

14,9G DE PROTEÍNA | 400ML | R\$ 15,90

Açaí, morango, iogurte sem lactose, banana, manjericão e colágeno.

SUCOS FUNCIONAIS



new **IMUNIDADE**

300ML | R\$ 15,90

Beterraba, laranja e cenoura.

new **DIGEST**

300ML | R\$ 15,90

Abacaxi e hortelã.

ANTIOXIDANTE

300ML | R\$ 15,90

Acerola, morango, laranja e mel.

DETOX

300ML | R\$ 15,90

Couve, limão, laranja, gengibre e mel.

VITAMIN C

300ML | R\$ 15,90

Maracujá, laranja, abacaxi, manga e mel.

SMOOTHIES



IRON MAN

400ML | R\$ 24,90

Açaí e laranja.

FRESH AÇAÍ

400ML | R\$ 26,90

Açaí, abacaxi e hortelã.

PITAYA

400ML | R\$ 22,90

Pitaya e laranja.

FRUIT BOWLS

AÇAÍ BOWL

350ML | R\$ 32,90

Açaí e banana.

PITAYA BOWL

350ML | R\$ 32,90

Pitaya e banana.

acompanha banana e granola com raspas de coco.



OUTRAS BEBIDAS

CHÁ DE HIBISCO

300ML | R\$ 11,90

MATE DA CASA

300ML | R\$ 11,90

ÁGUA

COM & SEM GÁS | R\$ 7,90

REGRIGERANTE

350ML | R\$ 8,00

KOMBUCHA

PURO VERDE | 350ML | R\$ 11,90

ÁGUA DE COCO

BUTURI | 300ML | R\$ 11,90

CAFÉ SALU

SEM GLÚTEN | SEM LACTOSE | SEM AÇÚCAR

BROWNIE

R\$ 15,90

CUPCAKE DE BANANA BREAD

R\$ 11,90

BRIGADEIRO VEGANO

R\$ 11,90

CAFÉ ESPRESSO ILLY

R\$ 7,90