LOCAL® YOUR HEALTHY KITCHEN

Tabela Alergénios Entradas e Dips

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Bisque		*		*					*					
Tacos de Camarão	*	*	*			*				*				
Carpaccio De Salmão Cura Caseira	*			*						*				
Burrata, Cenoura Baby							*	*						
Guacamole	*													
Hummus									*		*			
Tártaro de Atum	*			*		*					*			*
Dip Feta & Pimento							*							
Hummus de Beterraba								*			*			
Baba Ganoush								*			*			
Tzatziki							*							
Pão Massa Mãe	*													
Pão Pita	*													

1. Glúten, 2. Crustáceos, 3. Ovos, 4. Peixe, 5. Amendoim, 6. Soja, 7. Leite, 8. Frutos Casca Rija, 9. Aipo, 10. Mostarda, 11. Sementes Sésamo, 12. Sulfitos, 13. Tremoço, 14. Moluscos

Tabela Alergénios Peixe

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Salmão Curcuma e Limão				*				*			*			
Camarão Arroz Preto		*						*						
Caril Thai Camarão	*	*				*								
Atum Braseado				*								*		
Lombo Atum Niçoise			*	*						*				
Camarão no Wok	*	*				*					*			
Salada de Camarão		*						*		*		*		
Salmão Panko	*			*						*		*		

1. Glúten, 2. Crustáceos, 3. Ovos, 4. Peixe, 5. Amendoim, 6. Soja, 7. Leite, 8. Frutos Casca Rija, 9. Aipo, 10. Mostarda, 11. Sementes Sésamo, 12. Sulfitos, 13. Tremoço, 14. Moluscos

Tabela Alergénios Aves do Campo

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Pato Asiático						*								*
Frango Cajun														
Frango Mediterrâneo							*	*				*		
Frango Teriyaky	*					*					*	*		
Frango Paprika												*		
Frango Miso						*		*			*	*		
Caril Thai Frango	*					*								

1. Glúten, 2. Crustáceos, 3. Ovos, 4. Peixe, 5. Amendoim, 6. Soja, 7. Leite, 8. Frutos Casca Rija, 9. Aipo, 10. Mostarda, 11. Sementes Sésamo, 12. Sulfitos, 13. Tremoço, 14. Moluscos

Tabela Alergénios Plant Based / Vegetariano

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Salada Grega	*						*				*	*		
Hot Honey Halloumi Bowl							*			*		*		
Pad Thai					*	*								
Caril Thai Tofu Bio	*					*								
Lasanha Abóbora	*						*					*		
Spaghetti Integral e Ovos	*		*				*					*		
Tofu Paprika						*						*		
Lentilhas com Legumes Assados											*			

1. Glúten, 2. Crustáceos, 3. Ovos, 4. Peixe, 5. Amendoim, 6. Soja, 7. Leite, 8. Frutos Casca Rija, 9. Aipo, 10. Mostarda, 11. Sementes Sésamo, 12. Sulfitos, 13. Tremoço, 14. Moluscos

LOCAL® YOUR HEALTHY KITCHEN

Tabela Alergénios Sobremesas

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Tarte de Maçã								*						
Mousse Chocolate			*			*		*						
Bolo de Cacau & Avelãs			*			*		*						
Cheesecake Basco com Creme de Abóbora			*				*							
Banoffee								*						
Brownie c/ Caramelo			*			*		*			*			
Pudim de Chia Açaí e Mirtilos														
Sweet Bite Pistachio & Amêndoa								*						
Sweet Bite Cacau & Avelã						*		*						
Sweet Bite Coco & Caju								*						

1. Glúten, 2. Crustáceos, 3. Ovos, 4. Peixe, 5. Amendoim, 6. Soja, 7. Leite, 8. Frutos Casca Rija, 9. Aipo, 10. Mostarda, 11. Sementes Sésamo, 12. Sulfitos, 13. Tremoço, 14. Moluscos

Tabela Alergénios Poke

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
POKE														
Luau	*		*	*		*				*	*			
Maui	*			*		*				*	*	*		
Umami	*		*			*					*	*		
Protein	*		*	*		*				*	*			
Spicy	*			*		*					*			
Salmão	*			*		*		*			*			
Surf	*			*		*					*			*
Hawaiian Heat	*		*	*		*		*			*			
Fresh	*			*		*					*			
Miso Salmon	*			*		*					*	*		
Reef	*			*		*					*			*
Tofu	*					*					*			
MOLHOS														
Clássico	*			*		*					*			*
Ponzu	*					*								
Spicy	*					*					*			
Cítrico de Manjericão														
Miso e Sésamo						*					*	*		
BASES														
Arroz Sushi														
Arroz Preto														
Quinoa														
Mix Folhas Verdes														
PROTEÍNA														
Atum				*										
Salmão				*										
Camarão		*												
Tofu Bio						*								
Ovo Bio			*											
COMPLEMENTOS														
Batata Doce Assada														
Goma Wakame											*			
Cogumelos Shiitake						*								
TOPPINGS														
Cebola Crocante	*													
Nozes Macadamia								*						
Cajus Wasabi								*		*				
Tiras de Nori														
Ovas Tobiko	*			*		*								
“Mayo“ Abacate										*		*		
Mayo Togarashi	*		*			*								
Mayo Wasabi			*			*				*				

1. Glúten, 2. Crustáceos, 3. Ovos, 4. Peixe, 5. Amendoim, 6. Soja, 7. Leite, 8. Frutos Casca Rija, 9. Aipo, 10. Mostarda, 11. Sementes Sésamo, 12. Sulfitos, 13. Tremoço, 14. Moluscos

LOCAL® YOUR HEALTHY KITCHEN

Tabela Alergénios Brunch & Breakfast

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Torrada Abacate	*											*		
Torrada Manteiga	*						*					*		
Torrada Hot Honey	*						*					*		
Torrada Tomate & Burrata	*						*					*		
Torrada Hummus Cogumelos	*										*	*		
Torrada Abacate, Tomate e Ovo Estrelado	*		*								*			
Torrada Salmão Cura e Ovo Quente	*		*	*			*				*	*		
Ovos Mexidos	*		*				*					*		
Veggie Bowl	*										*	*		
Mediterranean Bowl	*		*				*					*		
Mexican Breakfast	*		*				*					*		
Breakfast Bowl	*		*	*								*		
Papas de Aveia	*							*						
Chia Bowl														
Açai Bowl	*							*						
Granola Bowl	*					*	*	*						
Panquecas Chai Mix			*					*						
Panqueca Frutos Silv			*					*						
Panquecas Mirtilos e Lemon Curd			*					*						
Panquecas Pumpkin Spice			*					*						
Panquecas Simples			*					*						
Abacaxi & Romã														
Pudim de Chia Açai e Mirtilos														
Banana Bread								*				*		
Brownie com Caramelo			*			*		*						

1. Glúten, 2. Crustáceos, 3. Ovos, 4. Peixe, 5. Amendoim, 6. Soja, 7. Leite, 8. Frutos Casca Rija, 9. Aipo, 10. Mostarda, 11. Sementes Sésamo, 12. Sulfitos, 13. Tremoço, 14. Moluscos