

Alimentação

Iate Clube de Brasília



O Iate Clube de Brasília oferece várias opções de alimentação, distribuídas conforme mapa abaixo:



Os tabelas de preço são de 8/4/17

1. Restaurante do Farol

✓ Aberto de terça à sexta das 12h às 15h, sábado e domingo das 12h às 17h. Não abrirá dia 1/5.

 Farol Restaurante	
Entradas	
Bolinho de Tapioca com Gelêia de Pimenta	R\$ 19,00
Pastel de Carne ou Queijo	R\$ 21,00
Pastel de Camarão	R\$ 23,50
Lula a Dore	R\$ 36,00
Escondidinho de Carne Seca	R\$ 27,00
File a Palito	R\$ 33,50
Queijo de Coalho	R\$ 25,50
Linguiça Picante de Perna	R\$ 27,00
Camarão Alho e Óleo	R\$ 40,00

 Farol Restaurante	
Sugestão do Chefe	
File ao Molho de Mostarda com Batata	R\$ 46,00
File au Poivre com Arroz de Salsinha	R\$ 46,00
File a La Broche com Batata Rosti	R\$ 48,00
Picadinho Farol (picadinho de file ao molho roti, batata frita, farofa de banana e arroz branco)	R\$ 41,00
File de Pescada Amarela com Arroz Cremoso de Alho-Poró	R\$ 54,00
Escalope ao funghi com penne na manteiga	R\$ 42,00
Escalope com molho de cebola Caramelada acompanhado de arroz de legumes	R\$ 42,00
File de Tilapia com molho de laranja e alcaparras	R\$ 42,00
(Ou acompanhamentos dos Grelados)	
# Não trocamos guarnições destes pratos.	

 Farol Restaurante	
Prato Veleiro	
File Acebolado (acompanhado de arroz branco, feijão, batata frita, alface e tomate)	R\$ 47,00
Bife Acebolado (acompanhado de arroz branco, feijão, batata frita, alface e tomate)	R\$ 27,00
Peito de Frango Grelhado (acompanhado de arroz branco, feijão, batata frita, alface e tomate)	R\$ 27,00
Strogonoff de File (acompanhado de arroz branco e batata palha)	R\$ 30,00
Strogonoff de Frango (acompanhado de arroz branco e batata palha)	R\$ 30,00
# Não trocamos guarnições destes pratos	
Salada	
Da Casa (alface americana, alface roxa, rúcula, agrião, palmito, tomate, cebola e azeitona)	R\$ 31,00

 Farol Restaurante	
Sobremesas	
Pavê de Creme com Calda de Chocolate (03 Bolos)	R\$ 14,00
Creme de Papaya com Cássis	R\$ 15,00
Doce de Leite	R\$ 14,00
Bebidas	
Refrigerante (220ml)	R\$ 5,50
Refrigerante (330ml)	R\$ 6,50
Suco com Gás São Lourenço	R\$ 3,00
Suco com Gás São Lourenço	R\$ 3,50
Refrigerante	R\$ 4,00
Frut	R\$ 4,00
Juices (Laranja ou Abacaxi ou Limonada ou Abacaxi com Laranja)	R\$ 7,50
Suco com Soda Limonada	R\$ 9,00
Cerveja Long Neck Premium	R\$ 6,00
Cerveja Long Neck Malzeberg	R\$ 5,50
Aspirinola Smirnoff (Limão)	R\$ 10,00
Aspirinola de 51 (Limão)	R\$ 6,50
Aspirinola de Seleta (Limão)	R\$ 7,80
Aspirinola	R\$ 10,00

Cortesia: No Prato Veleiro o refrigerante, água ou o suco são de cortesia.

2. **Bar do Tênis –pratos executivos, porções, salgados, lanches.**

- ✓ Aberto diariamente das 9h às 17h.

PORÇÕES:		BEBIDAS:		CERVEJA BRAHMA EXTRA 600ML	
FILÉ MIGNON	33.00	ÁGUA H2O	1.50	CERVEJA BRAHMA EXTRA LONG NECK	5.00
FILÉ DE FRANGO	24.00	ÁGUA TÔNICA	3.00	CERVEJA CERPA / TERESÓPOLIS	4.00
BATATA FRITA	17.50	ÁGUA SEM GÁS	3.00	CERVEJA HEINEKEN 600ML	5.00
PROVOLONE	17.00	ÁGUA COM GÁS	3.50	CERVEJA HEINEKEN LONG NECK	5.00
LINGUIÇA	15.00	ENERGÉTICOS DIVERSOS	8.00	CERVEJA ANTÁRTICA LONG NECK	5.00
RISOLE	16.00	REFRIGERANTE LATA	4.00	CERVEJA STELLA ARTOIS LONG NECK	5.00
PASTÉIS	16.00	REFRIGERANTE 600ML	5.00	CERVEJA BUDWEISER	5.00
COXINHA	16.00	REFRIGERANTE 2L	7.50	CERVEJA ORIGINAL 600ML	5.00
SANDUÍCHES E SALGADOS:		GATORADE	6.00	CERVEJA SKOL 600ML	5.00
COMPLETO DE FRANGO	12.00	NUT	3.00	CERVEJA SKOL BEATS	5.00
MISTO QUENTE	8.50	GUARAVITON	5.00	CERVEJA SKOL LATA	4.00
QUEIJO QUENTE	6.90	RED BULL	12.50	CERVEJA SKOL LONG NECK	5.00
QUEIJO QUENTE COM TOMATE E ORÉGANO	7.00	WHISKY RED LABEL 8 ANOS	12.50	CHOPP 300ML	6.00
COMPLETO DE FILÉ	12.00	CAIROSICA	4.00	COCO VERDE	3.80
QUEIJO QUENTE COM OVO E TOMATE	8.00	CAIPIRINHA	7.00	GATORADE	6.00
QUEIJO COM BANANA E CANELA	8.00	CAMPARI	7.00	GUARAVITON	5.00
ENROLADINHO QUEIJO, PRESUNTO E SALSICHA	4.00	VODKA SMIRNOFF OU ORLOFF	2.00	HIDROTÔNICO	6.00
ESFIRRA DE FRANGO CATUPIRY	4.00	SARRAMALTE 600ML	10.00	RED BULL	13.50
QUIBE	4.00	HEINEKEN 600ML	10.00	REFRIGERANTE CITRUS	4.00
PASTEL	4.00	BRAHMA EXTRA 600ML	8.00	RUM MONTILLA	7.00
EMPANADA	4.00	SKOL 600ML	10.00	SELETA	4.30
PRATOS EXECUTIVOS:		BOHEMIA 600ML	8.30	SUCO GUARÁ VITA	3.00
FILÉ MIGNON COMPLETO	18.00	CERVEJA LATA	4.00	SUCO CAIXINHA	3.00
PEITO DE FRANGO COMPLETO	18.00	SKOL BEATS	5.00	SUCO DEL VALLE LATA	5.00
FRANGO OU FILÉ S/ ARROZ E FEIJÃO	16.00	HEINEKEN LONG NECK	8.00	SUCO LARANJA	5.00
PRATO COMPLETO C/ QUEIJO	22.00	ÁGUA 500ML	3.00	SUCO POLPA	5.00
PRATO S/ ARROZ/FEIJÃO C/ QUEIJO	18.00	ÁGUA CITRUS / TÔNICA	5.00	SUCO NUT	3.00
ESPETINHO:		ÁGUA COM GÁS	4.00		
ESPETINHO COM FRITAS	10.00	ÁGUA DE COCO 200ML	3.80		
SUCOS:		AQUARIUS	4.50		
MAMÃO COM LARANJA E BANANA	6.80	CAIPIROSICA DE FRUTAS	3.00		
LIMONADA SUÍÇA	5.00	CAIPIRINHA	7.00		
LARANJA	5.00	CAMPARI	7.00		
		CERVEJA ANTÁRTICA 600ML	8.00		
		CERVEJA ANTÁRTICA LATA	4.00		
		CERVEJA BOHEMIA 600ML	8.30		
		CERVEJA BOHEMIA LATA	4.50		
		CERVEJA BOHEMIA LONG NECK	8.50		

3. Bar Veleiro – pratos executivos, lanches, petiscos, salgados

- ✓ Aberto diariamente das 9h às 22h
- ✓ À noite não serão servidos os pratos executivos.

BAR DOS CUNHADOS

IATE CLUBE

Porções

FRANGO À PASSARINHO	R\$20,00
CALABRESA	R\$17,00
FILE DE BOI A PALITO	R\$33,00
FILE DE FRANGO	R\$33,00
BATATA FRITA	R\$14,00
PASTEL	R\$16,00
QUIBE	R\$15,00
RISÓLI DE CAMARÃO	R\$25,00
COXINHA	R\$16,00
BOLINHO DE BACALHAU	R\$25,00
ISCA DE PEIXE	R\$26,00

Churrasquinho

FILE DE BOI C/ FRITAS	R\$ 10,00
FILE DE FRANGO C/ FRITAS	R\$ 10,00

Pratos Executivos

FILE DE BOI	R\$19,00
FILE DE FRANGO	R\$18,00
FILE LINGUADO	R\$19,00

Sucos

ACEROLA C/ LARANJA	R\$5,00
MORANGO C/ LEITE	R\$5,00
AÇAÍ C/ LEITE E BANANA	R\$5,00
CAJU C/ LARANJA	R\$5,00
MANGA C/ LARANJA	R\$5,00
TAMARINDO C/ ÁGUA	R\$5,00
GOIABA C/ LEITE	R\$5,00
MAMÃO C/ LARANJA E BANANA	R\$5,00
SUCO CAIXA	R\$3,00
GUARAVITA	R\$3,00
GUARAVITON	R\$5,00
KAPO	R\$3,00
ENERGÉTICO	R\$9,00
SUCO LARANJA NATURAL	R\$5,00
SUCO EM LATA	R\$5,00
AÇAÍ NA TIGELA	R\$8,00

Sandwiches

COMPLETO BOVINO	R\$12,00
COMPLETO FRANGO	R\$12,00
MISTO QUENTE SIMPLES	R\$5,50
MISTO QUENTE C/ TOMATE E OREGANO	R\$7,00
MISTO C/ OVO	R\$6,00
QUEIJO QUENTE	R\$5,50
SANDUÍCHE NATURAL	R\$6,00
X-BURGUER	R\$7,00
HAMBURGUER	R\$4,50
HAMBURGUER COMPLETO	R\$9,00

Salgados Unidade

ENROLADINHO DE SALSICHA	R\$4,00
ENROLADINHO DE QUEIJO	R\$4,00
ENROLADINHO DE QUEIJO E PRESUNTO	R\$4,00
PÃO PIZZA	R\$4,00
EMPADA	R\$4,00
PASTEL DE QUEIJO	R\$3,50
PASTEL DE CARNE	R\$3,50
PASTEL DE FRANGO	R\$3,50
PASTEL DE PALMITO	R\$3,50
PASTEL DE PRESUNTO E QUEIJO	R\$3,50
QUIBE	R\$4,00

Consulte a disponibilidade dos produtos do Cardápio.

BAR DOS CUNHADOS

Bebidas

ÁGUA	500ML	R\$3,00
ÁGUA	CITRUS/TÔNICA	R\$4,50
ÁGUA	C/ GÁS 500ML	R\$3,50
ÁGUA	DE COCO	R\$4,00
AQUARIUS		R\$4,00
CAPIROSICA	DE FRUTAS	R\$10,00
CAPIRINHA		R\$7,00
CAMPARI		R\$7,00
CERVEJA	ANTÁRTICA 600ML	R\$8,00
CERVEJA	ANTÁRTICA LATA	R\$4,00
CERVEJA	BOHEMIA 600ML	R\$9,30
CERVEJA	BOHEMIA LATA	R\$4,50
CERVEJA BOHEMIA LONG		
NECK		R\$6,00
CERVEJA	CERPA	R\$9,50
CERVEJA HEINEKEN	600ML	R\$9,50
CERVEJA HEINEKEN LONG		
NECK		R\$6,00
CERVEJA KRONENBIER		
LATA		R\$6,00
CERVEJA STELLA ARTOIS		R\$6,00
CERVEJA LONG NECK		
XINGU		R\$6,00
CERVEJA	MALZENBIER	R\$6,00
COCO BATIDO		R\$5,00

IATE CLUBE

Bebidas

CERVEJA	ORIGINAL 600ML	R\$9,50
CERVEJA	SEM ÁLCOOL	R\$6,00
CERVEJA	SKOL 600ML	R\$8,00
CERVEJA	SKOL BEATS	R\$5,00
CERVEJA	SKOL LATA	R\$4,00
CERVEJA SKOL LONG		
NECK		R\$5,00
CERVEJA	XINGU LATA	R\$4,50
GATORADE		R\$6,00
H2O		R\$4,50
REFRIGERANTES	2 LT	R\$7,50
REFRIGERANTES	600ML	R\$5,00
REFRIGERANTES	LATA	R\$4,00
RUM	MONTILA	R\$5,00
SUCO	DEL VALLE	R\$5,00
SUCO	POLPAS	R\$5,00
SUCO	NUT	R\$3,00
VITAMINAS		R\$5,00
VODKA	ORLOFF	R\$7,00
WHISK 8 ANOS RED		
LABEL		R\$12,50
BALDE	C/ GELO	R\$3,00



Obs.: Consulte a disponibilidade dos produtos do Cardápio.

4. Crepe Cores e Sabores – Crepes, lanches e pratos executivos

✓ Aberto diariamente das 9h às 22h.

CREPES, CORES E SABORES

Crepes no Prato - Salgados

01	Frango desfiado com catupiry e molho especial	18,50
02	Frango desfiado com palmito e queijo cheddar	18,50
03	Frango desfiado com tomate seco, rúcula e molho especial	18,50
04	Stragonoff de frango e batata palha	18,50
05	File com palmito e orégano	19,50
06	File com bacon, molho barbecue e manjeriça	19,50
07	File, cebola e manjeriça	19,50
08	Stragonoff de carne com batata palha	19,50
09	Lombo Canadense e orégano	18,00
10	Lombo canadense com abacaxi e molho barbecue	18,50
11	Lombo canadense com molho especial	18,50
12	Atum com tomate e rúcula	18,50
15	Salsicha, milho, molho especial, batata palha	18,50
17	Gorgonzola com catupiry	18,00
18	Provolone com catupiry e queijo prato	18,00
19	Gorgonzola com maçã verde	18,00
20	Presunto com tomate fresco e orégano	18,00
21	Presunto com catupiry e tomate	18,00
22	Ricota com milho, tomate seco e rúcula	18,00
23	Ricota com azeitona e tomate fresco	18,00
24	Queijo fresco com tomate fresco e orégano	18,00
25	Mussarela e manjeriça	16,00
26	Palmito e orégano	18,00
27	Mussarela de búfalo com tomate seco e manjeriça	19,00

Todos os crepes salgados contêm mussarela.

Crepes no Prato - Doces

53	Banana, canela e açúcar com calda de chocolate	18,00
54	Banana com canela e açúcar	16,50
55	Banana com calda de chocolate e sorvete	19,00
56	Paçoca-amendoim, abacaxi com creme de avelã (Nutella) e sorvete	20,00
57	Banana com calda de chocolate	17,00
58	Banana com Nutella, calda de chocolate e sorvete	20,00
59	Brigadeiro com calda de chocolate e sorvete	19,00
60	Doe de leite com cobertura de chocolate e castanha	18,00
61	Barra de chocolate derretida com banana ou morango, sorvete e calda de chocolate	20,00
62	Creme de avelã (Nutella) com castanhas	20,00
63	Goiabada com queijo fresco	15,50

PRATOS EXECUTIVOS

Porções - Saladas - Grelhados

Carne de Sol - R\$ 19,00

Arroz, feijão, mandioca cozida, farofa, vinagrete e batata frita

File Mignon - R\$ 19,00

Arroz, feijão, mandioca cozida, farofa, vinagrete e batata frita

File Frango - R\$ 19,00

Arroz, feijão, mandioca cozida, farofa, vinagrete e batata frita

Crepes no Cone salgados

28	Frango desfiado com catupiry	8,50
29	Frango desfiado com palmito e queijo cheddar	9,00
30	Frango desfiado com tomate seco e rúcula	9,00
31	Stragonoff de frango	9,00
32	File, cebola e manjeriça	10,00
33	Lombo canadense com abacaxi	9,00
34	Gorgonzola com catupiry	8,50
35	Provolone com catupiry e queijo prato	8,50
36	Gorgonzola com maçã verde	8,50
37	Presunto com tomate fresco e orégano	8,00
38	Presunto com catupiry e tomate fresco	8,00
39	Ricota com milho, tomate seco e rúcula	8,50
40	Ricota com azeitona e tomate fresco	9,00
41	Queijo fresco com tomate e orégano	9,00
42	Mussarela e manjeriça	7,50
43	Palmito e orégano	8,50
44	Mussarela de búfalo com tomate seco e manjeriça	9,50
72	Mussarela, carne seca e cebola	10,00
53	Stragonoff de carne	10,00
54	Salsicha e molho especial	9,00
75	Peito de peru, tomate e orégano	10,50
76	Calabresa e catupiry	9,50

Crepes no Cone doces

45	Banana com canela e açúcar	8,00
70	Mussarela, banana com canela e açúcar	8,50
46	Paçoca-amendoim, abacaxi e creme de avelã (Nutella)	10,00
47	Banana ou morango com creme de avelã (Nutella)	10,00
48	Brigadeiro	8,00
49	Doe de leite	8,00
50	Barra de chocolate derretida com banana ou morango	10,00
71	Barra de chocolate derretida	9,00
51	Creme de avelã (Nutella)	9,00
52	Goiabada com queijo fresco	8,00

Porções:

Carne de Sol com Mandioca	R\$ 30,00
Mandioca cozida ou frita	19,00
File de Frango	R\$ 33,00
File Mignon	R\$ 35,00
Batata Frita	R\$ 14,00
Kibe	R\$ 15,00
Porção de Mini Pastéis (carne e queijo)	R\$ 14,00
Frango a Passarinho	R\$ 20,00
Isca de Peixe	R\$ 25,00
Camarão Empanado	R\$ 22,00
Bolinho de Bacalhau	R\$ 25,00
Coxinha Porção	R\$ 16,00
Espeto de Camarão	R\$ 10,00
Espeto de Carne	R\$ 10,00
Espeto de Frango	R\$ 10,00
Espeto de Carne de Sol	R\$ 10,00

Sanduíches:

Sanduíche de carne	R\$ 10,00
Sanduíche de frango	R\$ 10,00
Misto quente	R\$ 4,50
Queijo quente	R\$ 4,00
Pastel Unidade	R\$ 3,50

Saladas

Salada de Frutas - R\$ 4,50

Aveia, farinha lactea, granola, leite condensado - R\$ 1,00

65 Folhas tricolores com tomate seco e lascas de queijo parmesão R\$ 11,00

66 Folhas verdes com tomate, cenoura e batata palha - R\$ 11,00

67 Grelhado de File Mignon - R\$ 10,00

68 Grelhado de Frango - R\$ 9,00

Bebidas

Sucos com leite terão acréscimo de R\$ 1,00

Suco de Laranja R\$ 4,50

Sucos de Polpas R\$ 5,00

Sucos 03 sabores R\$ 6,00

● Açaí

● Abacaxi

● Abacaxi com hortelã

● Acerola

● Cajá

● Caju

● Laranja com mamão

● Frutas Vermelhas

● Laranja

● Laranja com acerola

● Gatorade/ Power Rade 6,00

● Água (500ml) 3,00

● Água com gás 3,50

● Refrigerante (lata) 4,00

● Suco Su Fresh 5,00

● Aquarius Fresh 4,00

● Guaraviton 5,00

CREPES, CORES E SABORES

Escolha sua Massa

+ 6 ingredientes + 1 tipo de molho R\$ 12,50



Cervejas - 600 ml

Original - R\$ 9,50

Antártica - R\$ 8,00

Skol - R\$ 8,00

Heineken - R\$ 9,50

Colombina - R\$ 22,90

Terezópolis - 22,90



Long Neck

Skol - R\$ 5,00

Stela - R\$ 6,00

Heineken - R\$ 6,00

Budweiser - R\$ 6,00

Sol - R\$ 6,00

Cerpa - R\$ 9,50

Corona - R\$ 9,50



5. Restaurante Carpe Diem – Buffet Completo, Buffet de Saladas e Buffet de Massas

✓ Aberto diariamente das 12h às 15h30.



BUFFET DE ALMOÇO

Desfrute os clássicos da nossa cozinha. Se você quiser ainda pode adicionar um grelhado ou assado preparado na nossa parrilla ou forno a lenha e some o valor ao preço do buffet.

490	BUFFET CONVIVADO (SEM GRELHADO)	40,00	Guarnições, massas, risoto, saladas e mesa de pães.
660	BUFFET ASSOCIADO (SEM GRELHADO)	35,00	Guarnições, massas, risoto, saladas e mesa de pães.
008	BUFFET DE SALADAS (SEM GRELHADO)	24,00	Folhas Verdes, saladas montadas e mesa de pães.
169	BUFFET DE SOBREMESAS	10,50	
143	BUFFET 5 A 12 ANOS (SEM GRELHADO)	18,00	Guarnições, massas, risoto, saladas e mesa de pães.
494	BUFFET 1 A 4 ANOS (SEM GRELHADO E ACOMPANHADO POR ADULTO PAGANTE)	SEM CUSTO	Guarnições, massas, risoto, saladas e mesa de pães.

* Não é permitida a venda do grelhado separadamente ao buffet

GRELHADOS À PARTE (some o valor abaixo ao preço do buffet)

624	FILÉ FATIADO A LA BROCHE	+ 15,00
Grelhado com manteiga com alho, salsa e conhaque		
670	FILÉ À PARMEGIANA	+ 15,50
Molho de tomate parmesão e mussarela.		
705	STEAK FILÉ-MIGNON	+ 15,00
Sal Grosso.		
707	Gorgonzola.	
956	Molho de funghi.	
669	Manteiga à maître d'hôtel.	
191	Mostarda Lyonnaise.	
101	PICANHA NO SAL GROSSO	+ 26,00
1559	BIFE ANCHO CLASSIQUE	+ 18,00
Manteiga maître d'hôtel		
667	BIFE DE CHORIZO	+ 18,00
Manteiga maître d'hôtel.		
1482	RABADA COM AGRIÃO	+ 16,50
Molho reduzido de rabada com agrião.		
1338	OMELETE CAPRESE	+ 10,00
Omelete com queijo tomate e manjerico.		

749	ABADEJO	+ 16,00
Grelhado.		
674	Molho Mediterrâneo.	
1753	Nas Olivas.	
1254	Maracujá.	
614	SALMÃO	+ 16,00
Grelhado.		
611	Molho Mediterrâneo.	
630	Maracujá.	
* Molho Mediterrâneo (tomate fresco, azeite, alcaparras, manjerico, salsinha).		
496	FRANGO A CACCIATORA	+ 10,00
Peito de frango recheado com presunto, tomate, requeijão e molho de tomate ao forno com parmesão.		
112	COXA E SOBRECOXA	+ 10,00
Grelhada com molho beurre blanc.		

SOBREMESAS

938	ABACAXI GRELHADO	13,00
Abacaxi grelhado com sorvete de creme e canela.		
1363	BANANA FRITA	13,00
Banana frita com açúcar, canela e sorvete de creme.		
166	PORTOFINO NEGRO	14,00
Pequeno bolo de chocolate quente, sorvete de creme, calda de chocolate e molho custard.		
163	CREME DE PAPAYA	14,00
164	SORVETE DE CREME COM CALDA DE CHOCOLATE E CROCANTE DE CASTANHA	13,00

CAFÉS

171	CAFÉ ESPRESSO TRÊS CORAÇÕES	6,00
172	CAPUCCINO	7,00
174	CHÁ	4,00

BEBIDAS

CERVEJAS

1598	ORIGINAL 600 ML	9,50
1597	HEINEKEN 600 ML	9,50
1599	BOHEMIA 600 ML	9,30
036	STELLA ARTOIS LONG NECK	6,00
005	BUDWEISER LONG NECK	6,00
647	HEINEKEN LONG NECK	6,00
1740	SOL MEXICANA LONG NECK	6,00
034	CERVEJA ESCURA LONG NECK	7,00
007	CERVEJA SEM ÁLCOOL	6,70

CERVEJAS ESPECIAIS

646	CORONA LONGK NECK	10,00
2192	CERPA EXPORT LONGK NECK	9,00
2194	BERGGREN WEISS 500 ML	26,00
2195	BERGGREN STRONG 500 ML	30,00
2196	BERGGREN BOCK 500 ML	27,00

SUCOS (340 ML)

025	LARANJA	5,00
024	ABACAXI	5,00
349	ABACAXI C/ HORTELÃ	5,00
025	MARACUJÁ	5,00
026	ACEROLA	5,00
027	MORANGO	5,50
021	LIMONADA SUÍÇA	5,00
413	LIMONADA SUÍÇA C/ SODA LIMONADA	6,50
022	TOMATE	10,50
1148	ABACAXI / MORANGO	6,50
1147	LARANJA / BANANA / ABACAXI	6,50
1709	MORANGO / BANANA	6,50
1710	CAJÚ / MORANGO / BANANA	6,50
1294	LARANJA / CAJÁ	6,50
3329	ÁGUA COCO / LARANJA / ABACAXI / HORTELÃ	7,50
3330	ABACAXI / AGRIÃO / LARANJA	7,50
3331	CENOURA / LIMÃO / LARANJA / SALSÃO	7,50
3325	SMOOTHIE MARACUJÁ	9,50
3326	SMOOTHIE MORANGO	9,50
3327	SMOOTHIE CAJÁ	9,50
3328	SMOOTHIE ABACAXI / COCO	9,50

DIGESTIVOS

110	PORTO ADRIANO RAMOS PINTO	16,00
135	LICOR COINTREAU NACIONAL	14,00
136	LICOR 43	16,00
126	LICOR DRAMBUIE	16,00

NOSSAS LOJAS 104 SUL, BRÁSILIA SHOPPING, CASA PARK E TERRAÇO SHOPPING
E-MAIL: CARPEDIEM@CARPEDIEMRESTAURANTE.COM.BR
TEL LOJA 1611 3329 8768 • TEL ESCRITÓRIO CENTRAL (61) 3325 5301
WWW.CARPEDIEM.COM.BR

DESTILADOS

070	JOHNNIE WALKER RED	12,50
060	JOHNNIE WALKER BLACK	22,50
065	GIM TANQUERAY	18,00
067	RUM MONTILLA	9,00
095	MARTINI BIANCO	9,00
091	CAMPARI	7,00
094	VODKA SMIRNOFF	7,00
254	VODKA ABSOLUT	18,00
081	TEQUILA	18,00
056	CACHAÇA SALINAS	7,50
058	CACHAÇA SELETA	6,50

DRINKS

083	CAIPIRINHA S1	9,50
019	CAIPIRINHA DE CACHAÇA SAGATIBA	10,50
082	CAIPIROSCA DE SKYY VODKA	12,00
018	CAIPIROSCA DE ABSOLUT	21,00
084	CAIPIRINHA DE LIMA DA PÉRSIA	15,00
2515	CAIPIROSCA MORANGO / CAJÚ	15,00
2516	CAIPIROSCA ABACAXI / HORTELÃ / LARANJA	15,00
2517	CAIPIROSCA CAJÁ / LARANJA / MANJERICÃO	15,00
051	PIÑA COLADA	19,00
050	MARGARITA FROZEN CLÁSSICA DE LIMÃO	19,00
966	MARGARITA FROZEN DE TAPEREBA (CAJÁ)	19,00
051	FROZEN DE PIÑA COLADA (azeite de amêndoa e abacaxi)	19,00
1589	FROZEN DAIQUIRI DE MORANGO (sem o morango)	19,00
961	MOJITO (sem hortelã, água gelada, açúcar, limão e gelo)	19,00
1658	APEROL SPRITZ (aperol, água gelada, açúcar e gelo)	19,00
1594	GIM TÔNICA (Tonic Water, açúcar e limão)	20,00
049	BLOOD MARY (vinho, molho de tomate)	19,50
2743	COZUMEL (Cerveja Sol Moçambique, limão, gelo e sal)	8,00

ÁGUAS/REFRIGERANTES

030	ÁGUA PRATA COM GÁS	4,00
031	ÁGUA PRATA SEM GÁS	4,00
2162	ÁGUA PURA&LEVE OU LIA	3,00
378	ÁGUA DE COCO	4,50
1197	AQUARIUS FRESH	4,00
XXX	REFRIGERANTES	4,00
XXX	SCHWEPPES	4,00
035	CLUB SODA SCHWEPPES	4,00
XXX	GUARAVITON	5,00
XXX	GATORADE	6,00
XXX	CHÁS GELADOS	6,00
XXX	SUCOS EM LATA	5,00
1180	RED BULL	12,50

6. **Restaurante Vento em Popa – buffet completo por quilo**

- ✓ Aberto somente aos finais de semana e feriados das 11h30 às 16h.



7. Lanchonete da Academia – Leve Sabor – pratos leves, lanches, tapiocas, omeletes

✓ Aberto de segunda à sexta das 7h às 22h, de sábado das 8h às 16h e de domingo das 8h às 16h.

Leve Sabor



BEBIDAS EM GERAL

01	Água garrafa 500ml	R\$ 3,00
02	Água C/ gás 500ml	R\$ 3,50
03	Aquarius Fresh	R\$ 4,00
04	Refrigerante lata	R\$ 4,00
05	Gatorade	R\$ 6,00
06	Mate Leão Copo	R\$ 6,00
07	Guaraviton	R\$ 5,00
08	Suco Lata	R\$ 5,00
09	Red Bull	R\$ 12,50

ENERGETICAS

54	Super C: acerola, laranja, limão, hortelã, pó de guaraná e mel	R\$ 8,00
55	Bomba: acerola, laranja, espinafre, agitão, hortelã e mel	R\$ 8,00
56	Pura energia: laranja, caju, morango e xarope de guaraná	R\$ 8,00



SUCOS ESPECIAIS:

10	Erva Doce com Maça	R\$ 6,00
11	Hortelã com Abacaxi	R\$ 6,00
12	Gengibre com Pera	R\$ 6,00
13	Água de coco com Abacaxi e Uva	R\$ 6,00
14	Abacaxi e Kiwi	R\$ 6,00
15	Abacaxi e Limão	R\$ 6,00
16	Golaba e Limão	R\$ 6,00
17	Maracujá e Banana	R\$ 6,00
18	Maracujá e Morango	R\$ 6,00
19	Morango e Limão	R\$ 6,00
20	Uva e Amora	R\$ 6,00
21	Abacaxi, Caju e Laranja	R\$ 6,00
22	Abacaxi, Tangerina e Morango	R\$ 6,00
23	Maracujá, Banana e Laranja	R\$ 6,00
24	Tangerina, Laranja e Abacaxi	R\$ 6,00
25	Laranja, Mamão e Banana	R\$ 6,00
26	Acerola c/ morango	R\$ 6,00
27	Laranja c/ mamão	R\$ 6,00
28	Laranja c/ acerola	R\$ 6,00
29	Laranja c/ morango	R\$ 6,00
30	Limão c/ beterraba	R\$ 6,00
31	Limão c/ mel	R\$ 6,00
32	Melancia c/ maracujá	R\$ 6,00
33	Melancia c/ limão	R\$ 6,00
34	Laranja, cenoura e beterraba	R\$ 6,00
35	Abacaxi, laranja e caju	R\$ 6,00
36	Morango, limão, semente de linhaça, mel, e xarope de guaraná	R\$ 7,00
37	Laranja, abacaxi, mamão, banana e mel	R\$ 7,00

VITAMINAS / Desnatado/Integral

57	Amora com banana	R\$ 7,00
58	Banana com mamão	R\$ 7,00
59	Banana aveia e mel	R\$ 7,00
60	Banana com granola	R\$ 7,50
61	Morango com aveia	R\$ 7,00
62	Morango com banana	R\$ 7,00
63	Morango banana e uva	R\$ 7,00
64	Açaí, laranja e banana	R\$ 7,00
65	Açaí, leite e banana	R\$ 7,00
66	Açaí e banana	R\$ 7,00

IOGURTE NATURAL

67	Simplex	R\$ 5,50
68	com aveia e mel	R\$ 6,50
69	com granola	R\$ 6,00
70	Completo (granola, frutas e mel)	R\$ 9,00

AÇAÍ NA TIGELA

71	Tigela 300 ml	R\$ 11,00
72	Tigela 500 ml	R\$ 14,00

SUPLEMENTOS ALIMENTARES

73	Maltodextrina	R\$ 4,00
74	Dextrose	R\$ 4,00
75	Whey Protein Nacional	R\$ 9,00
76	Whey Protein Importado	R\$ 10,00
77	Acréscimo leite	R\$ 2,20

LANCHES RÁPIDOS

79	Sanduíche Natural	R\$ 6,50
80	Sanduíche de Frutas	R\$ 6,50
81	Pão de Queijo (sanduíche)	R\$ 3,50
82	Alcornoque de Queijo (sanduíche)	R\$ 1,50
83	Sanduíche diet	R\$ 3,00

SANDUÍCHES DE FILÉ

85	Minas, Alface-Americana, Tomate	Frango R\$ 14,00	90	Mignon	R\$ 16,50
86	Cream Cheese Light, Rúcula	Frango R\$ 14,00	91	Mignon	R\$ 16,50
87	Cheddar, Cebola e Shoyu	Frango R\$ 14,00	92	Mignon	R\$ 16,50
88	Muçarela, Champignon, Abacaxi	Frango R\$ 15,00	93	Mignon	R\$ 17,50
89	File de frango em tiras, tomate seco e cetupry	Frango R\$ 15,00	94	Mignon	R\$ 16,50

SANDUÍCHES

95	Bauri de peito de peru	R\$ 13,00
96	Alface, americana, muçarela de búfala, tomate cereja, manjericao, molho pesto	R\$ 13,00

SANDUÍCHES LIGHTS

97	Blanquet de peru/Minas, alface-americana, tomate, cenoura	R\$ 14,00
98	Peito de peru, abacaxi, minas e mel	R\$ 15,00
99	Frango desfiado, cream cheese light, cenoura e tomate	R\$ 13,50
100	Blanquet de peru/cream cheese light, tomate, cebola, alface e orégano	R\$ 14,00

SANDUÍCHES TOP

101	Atum, tomate seco, champignon, alface-americana	R\$ 16,00
102	Muçarela, tomate seco, rúcula	R\$ 16,00
103	Salmão Grelhado, Cream Cheese Light, alface-americana	R\$ 17,00
104	File de frango, geleia de amora, cream cheese light, Palmito	R\$ 17,00

OMELETES

105	Peito de Peru Light, Tomate Seco e Muçarela Light	R\$ 15,00
106	Queijo Minas, Cebola, Tomate e Orégano	R\$ 10,00
107	Peito de Peru, minas e tomate	R\$ 12,00
108	Frango Desfiado, queijo, champignon, tomate e manjericao	R\$ 14,00
109	Muçarela, peito de peru e palmito	R\$ 13,50
110	Muçarela, tomate seco e orégano	R\$ 13,50

GRELHADOS

111	File de frango	R\$ 21,50
112	TILÁPIA	R\$ 22,50
113	File mignon	R\$ 24,00
113	Salmão	R\$ 25,00

Acompanhamentos:

Arroz Branco	Banana Assada	Panache de Legumes
Arroz com Brócolis	Farinha de Ovos	Purê de Batata
Arroz Integral	Feijão Fracinho	Arroz colorido
Arroz Integral com Brócolis	Mini Batatas com Ervas	



TAPIOCAS

114	Tapioca com manteiga	R\$ 5,00
115	Peito de Peru light, Queijo Minas, Tomate e Orégano	R\$ 7,00
116	Coco, Banana, canela e Leite Condensado	R\$ 7,00
117	Blanquet / Minas	R\$ 7,00
118	Carne seca e queijo	R\$ 7,00

SALADAS

119	Salada Caprese	R\$ 15,00
120	Alface americana, muçarela de búfala, tomate cereja, manjericao, molho pesto	R\$ 15,00
120	Salada Caesar	R\$ 15,00
120	Alface americana, croutons, tomate cereja, lascas de parmesão e molho caesar	R\$ 15,00
121	Salada da casa monte sua salada	R\$ 17,50
121	Pequena 6 itens	R\$ 17,50
122	Grande 9 itens	R\$ 21,00

MASSAS

123	Espaguete à romanesca, salame, tomate, cenoura, cebola e manjericao	R\$ 18,00
124	Espaguete oriental, frango em tiras e legumes refogados no shoyu levemente picante	R\$ 18,00
125	Fettuccine ao molho mediterrâneo, legumes refogados no azeite extra virgem	R\$ 18,00

8. Bar da Peteca – pratos executivos, petiscos, lanches

✓ Aberto de terça a quinta das 15h às 22h (não serve pratos executivos nesses dias) e sábado, domingo e férias das 8h às 18h.

BEBIDAS:

- ÁGUA 500ML. COD. 99	R\$ 3,00
- ÁGUA TÔNICA COD. 91	R\$ 4,50
- ÁGUA COM GÁS COD. 100	R\$ 3,50
- ÁGUA DE COCO COD. 84	R\$ 4,00
- REFRIGERANTE LATA COD. 90	R\$ 4,00
- REFRIGERANTE 600ML COD. 89	R\$ 5,00
- REFRIGERANTE 2 LT. COD. 123	R\$ 8,50
- GATORADE COD. 87	R\$ 6,00
- HIDROTÔNICO COD. 88	R\$ 5,00
- GUARAVITON COD. 86	R\$ 5,00
- H2O COD. 103	R\$ 4,50
- ENERGETICO COD. 22	R\$ 10,00
- NUT COD. 131	R\$ 3,00
- SCHWEPES COD. 108	R\$ 4,50

SUCOS:

- LARANJA COD. 78	R\$ 4,50
- LARANJA C/ MAMÃO COD. 79	R\$ 9,00
- LARANJA C/ POLPAS DE FRUTAS COD. 126	R\$ 5,00
- LARANJA, CENOURA e BETERRABA COD. 126	R\$ 5,00
- POLPA C/ ÁGUA COD. 126	R\$ 4,50
- SUCO DE CAIXINHA COD. 144	R\$ 3,00
- SUCO LATA COD. 85	R\$ 5,00
- AÇAÍ C/ FRUTAS COD. 83	R\$ 6,00
- CREME DE MORANGO COD. 81	R\$ 6,00
- CREME DE MARACUJÁ COD. 81	R\$ 6,00

LANCHES:

- MISTO QUENTE COD. 29	R\$ 4,00
- MISTO QUENTE QUENTE C/ OVO COD. 133	R\$ 4,50
- MISTO QUENTE C/ TOMATE COD. 141	R\$ 4,50
- QUEIJO QUENTE COD. 30	R\$ 4,00
- SANDUÍCHE DE FILÉ COD. 27 (PÃO - FILÉ - OVO - QUEIJO - ALFACE - TOMATE)	R\$ 12,00
- SANDUÍCHE DE FRANGO COD. 28 (PÃO - FILÉ - OVO - QUEIJO - ALFACE - TOMATE)	R\$ 11,00
- SANDUÍCHE DE CALABRESA COD. 26 (PÃO - OVO - CALABRESA - QUEIJO - ALFACE - TOMATE)	R\$ 11,00
- SANDUÍCHE DE HAMBURGUER COD. 138 (PÃO - HAMBURGUER - OVO - QUEIJO - ALFACE - TOMATE)	R\$ 10,00
- ESPETINHO DE FILÉ COD. 39 (FAROFA e VINAGRETE)	R\$ 9,50
- ESPETINHO DE FRANGO COD. 38 (FAROFA e VINAGRETE)	R\$ 9,50
- ESPETINHO DE FILÉ COMPLETO COD. 42 (FAROFA, VINAGRETE, PÃO e BATATA)	R\$ 14,00
- ESPETINHO DE FRANGO COMPLETO COD. 43 (FAROFA, VINAGRETE, PÃO e BATATA)	R\$ 13,00
- ESPETINHO DE Picanha COD. 31 (FAROFA, VINAGRETE e MANDIOCA FRITA)	R\$ 14,00
- QUEIJO QUALHO COD. 41	R\$ 9,99

SALGADOS ASSADOS:

- EMPADINHA DE FRANGO COD. 93	R\$ 4,00
- PÃO PIZZA COD. 93	R\$ 10,00
- ENROLADINHO DE QUEIJO COD. 93	R\$ 4,00
- ENROLADINHO DE SALSICHA COD. 93	R\$ 4,00

SALGADOS FRITOS:

- PASTEL DE QUEIJO COD. 11	R\$ 9,00
- PASTEL DE CARNE COD. 114	R\$ 4,00
- KIBE COD. 37	R\$ 10,00

OMELETS

- OMELET SIMPLES COD. 34	R\$ 9,00
- OMELET COD. 83 (QUEIJO e PRESUNTO)	R\$ 10,00
- OMELET COD. 76 (QUEIJO, PRESUNTO e SALADA)	R\$ 10,00

LANCHES:

- FILÉ A PALITO ACEBOLADO COD. 11	R\$ 33,00
- FILÉ A PALITO ACEBOLADO C/ QUEIJO COD. 12	R\$ 35,00
- CARNE DE SOL C/ MANDIOCA COD. 13	R\$ 35,00
- LINGUIÇA APIMENTADA COD. 17	R\$ 10,00
- FRANGO A PASSARINHO COD. 15	R\$ 19,00
- CALABRESA ACEBOLADA COD. 16	R\$ 17,00
- Picanha com BATATA COD. 14	R\$ 35,00
- Picanha C/ QUEIJO QUALHO COD. 23	R\$ 37,00
- BATATA FRITA COD. 18	R\$ 12,00
- MANDIOCA FRITA COD. 117	R\$ 12,00

PORÇÕES:

- TORRESMO COD. 155	R\$ 1,00
- PASTEL (10 UNID.) COD. 23	R\$ 15,00
- KIBE (10 UNID.) COD. 19	R\$ 15,00
- RISOLE DE CAMARÃO (10 UNID.) COD. 20	R\$ 20,00
- BOLINHO DE BACALHAU (10 UNID.) COD. 20	R\$ 20,00

CALDOS:

- CALDO DE FEIJÃO COD. 44	R\$ 6,00
- CALDO DE MOCOTÓ CO. 142	R\$ 8,00

PRATOS EXECUTIVOS:

- FILÉ (ARROZ, FEIJÃO, BATATA FRITA, OVO e SALADA) COD. 139	R\$ 21,00
- FILÉ DE FRANGO (ARROZ, FEIJÃO, BATATA FRITA, OVO e SALADA) COD. 171	R\$ 38,00
- Picanha (ARROZ, FEIJÃO, BATATA FRITA, OVO e SALADA) COD. 169	R\$ 21,00
- FILÉ DE TILÁPIA (ARROZ, FEIJÃO, BATATA FRITA, OVO e SALADA) COD. 170	R\$ 38,00
- BISTECA (ARROZ, FEIJÃO, BATATA FRITA, OVO e SALADA) COD. 172	R\$ 38,00

TEMOS PICOLÉ



ASA GRÁFICA NÁPIA3223-001

ASA GRÁFICA NÁPIA3223-001