

HEALTHY FOOD TASTES GOOD

Boali Healthy Food



HEALTHY FOOD TASTES GOOD

Boali Healthy Food

HEALTHY FOOD TASTES GOOD

Boali Healthy Food

CRIE SUA SALADA OU BOAL

"BOAL" É A FORMA BOALI
DE ESCREVER BOWL.

a partir de • a partir de •
R\$ **42**,90 • a partir de •

1° ESCOLHA UMA **BASE**

- MIX DE ALFACES
- FOLHAS DA ESTAÇÃO
- PASTA SALAD E MIX DE ALFACES
- MIX DE ARROZ INTEGRAL BOWL

2° ATÉ CINCO ITENS DO **SALAD BAR**

- AZEITONA
- BRÓCOLIS
- CEBOLA ROXA
- CENOURA
- CHIPS DE BATATA-DOCE
- CREAM CHEESE
- GORGONZOLA
- HOMUS
- MILHO
- MUÇARELA
- MOZARELA DE BÚFALA
- OVO DE CODORNA
- PALMITO AO PESTO
- PARMESÃO
- RICOTA TEMPERADA
- SALADINHA PESTO CAPRESE
- FEIJÃO COM FAROFA DE AMÊNDOAS
- SUNOMONO
- TOMATE
- AVOCADO +R\$8
- PASTA SALAD + R\$8
- INGREDIENTE EXTRA + R\$5

3° ESCOLHA UM **MOLHO**

- CAESAR
- BUFFALO RANCH
- MOSTARDA E MEL
- MOLHO DE GERGELIM 
- AZEITE E LIMÃO 
- MOLHO POKE 
- TERIYAKI
- PESTO DE ERVAS +R\$5

4° AGORA UMA **PROTEÍNA**

- FRANGO EM CUBOS 90g +R\$18
- FRANGO CROCANTE 70g +R\$11
- CARNE DESFIADA 60g +R\$17
- FALAFEL 100g +R\$17 
- FRANGO DESFIADO 60g +R\$11
- SALMÃO FRESCO EM CUBOS 80g +R\$24

5° MAIS DUAS **FINALIZAÇÕES**

- AMÊNDOAS
- CEBOLA CROCANTE
- GERGELIM
- CROUTON INTEGRAL
- MAÇÃ CROCANTE
- CHIPS DE BATATA-DOCE





DA FAZENDA

SABOR DE CASA
A QUALQUER MOMENTO

BOAL

O CLÁSSICO BRASILEIRO
NA VERSÃO BOALI.

"Boal" é a forma Boali de escrever Bowl.

DA FAZENDA 395g **+ VENDIDO** R\$47,90

Frango crocante, mix de arroz integral, feijão com farofa de amêndoas, brócolis, palmito ao pesto, tomate, chips de batata-doce e molho azeite e limão.

SUPERPROTEIN 405g **44G DE PROTEÍNA** R\$45,90

Frango em cubos, mix de arroz integral, ovo de codorna, feijão com farofa de amêndoas, homus, ricota temperada e molho de gergelim.

TEX MEX **LANÇA MENTO** 450g R\$52,90

Carne desfiada, mix de arroz integral e mix de alfaces, avocado, cream cheese, tomate, cebola roxa, milho, cebola crocante e molho buffalo ranch.

LANÇAMENTO

ALOHA POKE BOAL 402g R\$57,90

Salmão fresco em cubos ao molho poke, mix de arroz integral, sunomono, cebola roxa, tomate, cream cheese, gergelim, chips de batata-doce e molho mostarda e mel.

CALIFORNIA POKE BOAL 417g R\$47,90

Frango crocante ao molho poke, mix de arroz integral, avocado, cenoura, tomate, sunomono, gergelim, chips de batata-doce e molho teriyaki.

HOT HAWAII POKE BOAL 422g R\$57,90

Salmão fresco em cubos ao molho poke, mix de arroz integral, avocado, cream cheese, cebola roxa, brócolis, gergelim, chips de batata-doce e molho buffalo ranch.

ALOHA POKE BOAL



SIM! AGORA TEM
POKE NA BOALI

MORE LIFE IN A BOAL

Para alergênicos e demais informações,
consulte tabelas nutricionais.

Embalagem para viagem: R\$ 3,90

Medidas aproximadas

SALADA

HONEY CRISPY 315g **+ VENDIDO** R\$42,90

Frango crocante, mix de alfaces, gorgonzola, tomate, palmito ao pesto, cebola crocante e molho mostarda e mel.

ALMOND CAESAR **LANÇA MENTO** 265g R\$40,90

Frango em cubos, mix de alfaces, parmesão, amêndoas e molho caesar.

CAPRESE **LANÇA MENTO** 200g R\$32,90

Mix de alfaces, mozzarella de búfala, tomate, crouton integral, azeitona e molho pesto.

CAESAR PASTA 330g R\$40,90

Frango desfiado, pasta salad com cebola e molho pesto, mix de alfaces, parmesão, tomate, crouton integral e molho caesar.

FRANGO CROCANTE 325g R\$40,90

Frango crocante, mix de alfaces, tomate, milho, ovo de codorna, parmesão, crouton integral e molho buffalo ranch.

HOJE EU COMEÇO 340g R\$37,90

Frango desfiado, mix de alfaces, ricota temperada, cebola roxa, cenoura, ovo de codorna, maçã crocante e molho mostarda e mel.

Há + de 10 anos
fazendo as melhores
saladas do país.

Do Brasil para o mundo.

**TURBINE
QUALQUER
PRATO COM**

+ PROTEÍNA

FRANGO CROCANTE 70g + R\$11

FRANGO EM CUBOS 90g + R\$18

SALMÃO FRESCO EM CUBOS 80g + R\$24

OVOS DE CODORNA 60g + R\$9,90

FALAFEL 100g + R\$17

CARNE DESFIADA 60g + R\$17

FRANGO DESFIADO 60g + R\$11

LANÇAMENTO

ALMOND CAESAR

AINDA MELHOR:

adicione ingrediente
extra em qualquer prato.

a partir
de
R\$ 5,00

HONEY CRISPY

A MAIS VENDIDA



WRAP PARMEGIANA

WRAP

SEU NOVO WRAP FAVORITO

FRESCO —

CROCANTE AO PESTO 250g **+ VENDIDO** R\$37,90
Frango crocante, cream cheese, mix de alfaces, mozzarella de búfala, tomate e molho pesto.

FRANGO CAESAR 245g R\$35,90
Frango desfiado, mix de alfaces, parmesão, crouton integral e molho caesar.

FRANGO PICANTE 285g R\$40,90
Frango desfiado, mix de alfaces, ovo de codorna, tomate, parmesão, crouton integral e molho buffalo ranch.

ÁRABE 355g R\$42,90
Falafel, homus, mix de alfaces, cebola roxa, tomate, azeitona e molho de gergelim.

SURF SALMON 320g R\$52,90
Salmão em cubos, molho poke, mix de alfaces, cream cheese, cebola roxa, cenoura, sunomono e molho mostarda e mel.

QUENTE —

WRAP PARMEGIANA **LANÇA MENTO** 320g R\$47,90
Frango em cubos, molho de tomate, ricota temperada, muçarela, cream cheese e parmesão.

CROCANTE 4 QUEIJOS 310g R\$45,90
Frango crocante, ricota temperada, cream cheese muçarela e gorgonzola.

CARNE E GORGONZOLA **Nova RECETA** 300g R\$47,90
Carne desfiada, gorgonzola, ricota temperada, muçarela, tomate e cream cheese.

JÁ INCLUÍDO CHIPS DE BATATA-DOCE!

Por + R\$6,90 substitua o chips por saladinha de mix de folhas da estação, molho caesar, tomate, mozzarella de búfala ao molho pesto e crouton integral.

BURRITO

Avocado, tomate, cebola roxa, muçarela, mix de arroz integral e molho buffalo ranch.

FRANGO 370g R\$40,90

CARNE 370g R\$45,90

BURRITO DE FRANGO

DE **R\$7** POR **+ R\$5** ADICIONE CHIPS DE BATATAS

PARA GRANDES FOMES



O MELHOR SUCO
DE PITAYA DO MUNDO

Pitaya Fresh

SHAKE PROTEICO

15g
de proteína

AMOR DE MATCHA 400ml **+ VENDIDO** R\$35,90

Shake proteico de matcha com morango,
leite de aveia, banana e whey.

PAÇOCA ZERO **LANÇA MENTO** 400ml R\$32,90

Shake proteico de paçoquinha sem açúcar,
com leite de aveia, banana e whey.

BANANA BROWNIE **LANÇA MENTO** 400ml R\$30,90

Shake proteico com brownie,
leite de aveia, banana e whey.

ADICIONE EM QUALQUER
BEBIDA

GENGIBRE +R\$6

HORTELÃ +R\$6

PROTEÍNA +R\$9

MATCHA +R\$6

ESPINAFRE +R\$6

LEITE DE AVEIA +R\$9

SUCO FUNCIONAL

PITAYA FRESH 400ml **+ VENDIDO** R\$22,00
Pitaya, limão e hortelã.

SUCO XÔ INCHAÇO 400ml R\$20,00
Manga, maracujá e gengibre.

SUCO VERDE **NOVA RECEITA** 400ml R\$22,00
Abacaxi, limão, espinafre, hortelã e gengibre.

RELAX RELAX 400ml R\$20,00
Manga, maracujá e gengibre.

SUCO NATURAL

R\$18
400ml

Combine até 2 frutas

- AÇAÍ
- ABACAXI
- ABACAXI C/ HORTELÃ
- FRUTAS VERMELHAS +R\$ 2
- LIMÃO
- MANGA
- MARACUJÁ
- MORANGO

330ml —
ABACAXI C/ HORTELÃ OU LIMÃO R\$15

SMOOTHIE

TROPICAL MATCHA 400ml R\$32,90

Smoothie energético de matcha,
manga, maracujá e banana.

BRAZUCA **LANÇA MENTO** 400ml R\$35,90

Smoothie funcional de açaí,
banana, e paçoquinha zero.

ANTIOX **LANÇA MENTO** 400ml R\$37,90

Smoothie funcional de açaí
com frutas vermelhas.



Amor de Matcha

SANDUBA

No pão ciabatta de fermentação natural

SANDUBA PARMEGIANA LANÇA MENTO 285gR\$47,90

Frango em cubos, molho de tomate, muçarela e cream cheese.

CHEESE STEAK 285gR\$47,90

Carne desfiada, molho buffalo ranch, muçarela, cebola roxa e cebola crocante.

BUFFALO CHICKEN Nova receita 285g **+ VENDIDO**R\$42,90

Frango crocante, cream cheese, gorgonzola, muçarela e molho buffalo ranch.

DE **R\$7** POR **+ R\$5** ADICIONE CHIPS DE BATATAS

TOSTILHA

Tostex na tortilha integral

TRIO DE QUEIJOS 155gR\$22,90

Parmesão, gorgonzola, muçarela e cream cheese.

FRANGO E PARMESÃO 150g **+ VENDIDO**R\$22,90

Frango desfiado, parmesão, muçarela e cream cheese.

BUFFALA DERRETIDA 185gR\$22,90

Mozarela de búfala, muçarela, tomate, azeitona e cream cheese.

O LANCHE PARA QUALQUER HORA

TOSTILHA FRANGO E PARMESÃO



MUITO QUEIJO DERRETIDO

CHEESE STEAK

SHAKE PROTEICO

proteína
15g
proteína

AMOR DE MATCHA 400ml **+ VENDIDO**R\$35,90

Shake proteico de matcha com morango, leite de aveia, banana e whey.

BANANA BROWNIE LANÇA MENTO 400mlR\$30,90

Shake proteico com brownie, leite de aveia, banana e whey.

PAÇOCA ZERO LANÇA MENTO 400mlR\$32,90

Shake proteico de paçoquinha sem açúcar, leite de aveia, banana e whey.

SMOOTHIE

BRAZUCA LANÇA MENTO 400mlR\$35,90

Smoothie funcional de açaí, banana e paçoquinha.

ANTIOX BERRYS LANÇA MENTO 400mlR\$37,90

Smoothie funcional de açaí com frutas vermelhas.

TROPICAL MATCHA 400mlR\$32,90

Smoothie energético de matcha, manga, maracujá e banana.

Somos a maior rede de alimentação saudável do Brasil e, em breve, do mundo. Presentes também na Europa e nos Estados Unidos.

O momento é agora: invista no mercado que o futuro escolheu.

Aponte a câmera para o QR Code e descubra como se tornar um franqueado Boali.



SEJA UM FRANQUEADO

franquiasaudavelboali.com.br

Faça seu **evento** com a gente: boali.com.br/catering

@boali_br - boali.com.br - sac@boali.com.br