


















MENUS

Menu Local: Torrada, Ovos Quentes, Salmão Fumado, Abacate Esmagado, Pudim de Chia, Sumo do Dia ou Sumo de Laranja Natural, Café/Chá/Infusão/Capuccino	€19,00	 
Menu Energy: Açai Bowl ou Granola Bowl, Torrada com Manteiga Biológica, Ovos Mexidos, Sumo do Dia ou Sumo de Laranja Natural, Café/Chá/Infusão/Cappucino	€15,50	  

PRATOS QUENTES

Papas de Aveia: Com Frutos Silvestres & Amêndoas (Leite Vegetal à escolha)	€6,10	  
Com Maçã, Nozes & Canela (com Leite Vegetal à escolha)	€5,80	  
Ovos (2 unidades)	€2,80	  
Panquecas de Limão e Ricotta com Creme Mascarpone	€8,50	

TOSTAS

Tosta de Mozzarella, Tomate, Pesto & Rúcula	€5,60	
Tosta de Salmão Fumado, Ricotta & Rúcula	€7,60	
Tosta de Ovo Quente, Abacate, Mozzarella & Rúcula	€7,60	

NO PÃO

Escolha o Pão	Escolha os seus Toppings (preço por unidade)	
Pão de Centeio ou Pão Biológico	Abacate	€2,50
€2,00	Tomate Cherry	€1,50
	Hummus	€1,50
	Ricotta	€1,50
	Halloumi	€2,00
	Cogumelos Salteados	€1,50
	Ovo Quente	€1,50
	Rúcula	€1,00
	Espinafres	€1,00
	Manteiga Amêndoa	€2,00
	Doce de Frutos Silvestres	€1,50
	Manteiga Biológica	€1,50

COCONUT BOWLS

Açai Bowl: Açai, Banana, Morangos, Mirtilos, Aveia & Sementes de Chia	€6,20	  
Smoothie Chia Bowl: Pudim Chia, Banana, Frutos Silvestres, Lascas Côco, Manteiga de Amêndoa	€6,20	  
Spirulina Smoothie Bowl: Spirulina, Banana, Kiwi, Mirtilos, Sementes de Cânhamo	€6,20	  
Granola Bowl: Granola de Frutos Secos Caseira, Iogurte Grego ou de Soja e Coco, Kiwi, Banana	€6,20	  
Fruit Bowl: Maçã, Laranja, Romã, Tâmara, Iogurte Grego ou de Soja e Coco, Mel & Pistachios	€6,20	  

INFUSÃO/CHÁ/LATTE

Lúcia-Lima Hortelã Erva Príncipe (Terra Preta Biológico)	1,50 €
Chá Pukka (Vários Sabores)	2,00 €
Chai Latte	2,70 €
Matcha Latte	2,90 €
Golden Latte	2,90 €

ÁGUAS

Sem Gás 33 cl	1,00 €
Sem Gás 50 cl	1,20 €
Com Gás 50 cl	1,20 €
Água de Côco 50 cl (Biológica)	6,50 €

SMOOTHIES

Manga, Laranja e Abacate	3,80 €
Morango, Banana e Aveia	3,80 €
Manteiga de Amendoim	4,00 €

CERVEJAS

Imperial Sagres	1,70 €
Sem Álcool Garrafa	1,80 €
Heineken Garrafa	2,20 €

CAFÉ

Expresso	0,80 €
Descafeinado	0,80 €
Meia de Leite	1,60 €
Duplo	1,60 €
Galão	1,70 €
Capuccino	1,80 €
Leite Vegetal a Pedido: Amêndoa, Soja, Aveia e Coco	

SUMOS

Sumo do dia	3,30 €
Sumo de Laranja Natural	2,80 €
Limonada de Morango	3,60 €

COCKTAILS

Gin - Pepino e Hortelã	7,50 €
Gin - Toranja, Laranja e Romã	7,50 €
Gin - Frutos Silvestres	7,50 €
Caipirinha	7,50 €
Caipiroska	7,50 €
Margarita	7,50 €

SOBREMESAS

Frutos Silvestres com Creme de Caju	3,40 €	  	Cheesecake de Amoras	4,10 €	  
Framboesada com Creme de Mascarpone	3,80 €	 	Pudim de Chia com Coulis de Fruta	3,80 €	  
Mousse de Chocolate Preto com Macadamia	3,80 €	  	Salada de Frutas com Iogurte Grego e Mel	3,60 €	 
Mousse de Abacate e Cacau com Morangos de Mel	3,90 €	  	Brownies	2,20 €	  
Tarte de Maçã e Tâmaras	4,20 €	  	Sweet Bites	1,80 €	  
Bolo de Cacau e Avelãs	4,00 €	  	Cookies	1,80 €	  