

PEQUENO ALMOÇO *

	Preço
Taça de frutas do dia	3.80 €
<i>Frutas do dia, granola iogurte natural</i>	
Smoothie do dia	3.80 €
Smoothie de Açaí	4.30 €
<i>Açaí sem açúcar, banana, morango, iogurte natural, granola do dia e mel</i>	
Açaí na tigela	4.30 €
<i>1 litro de gelado de Açaí sem açúcar, banana, morango, iogurte natural, granola do dia e mel</i>	
Mousse de abacate	4.30 €
<i>Abacate, banana, iogurte natural, granola do dia e mel</i>	
Papas de Aveia	3.80 €
<i>Flocos de aveia, maçã, banana, frutos secos, canela e mel</i>	
Panquecas de banana, raspas de chocolate, frutos secos, canela e mel	4.40 €
<i>Banana, açúcar adoçado / Sem frutos secos e canela</i>	
Opção iogurte ou bebida vegetal (Lecresce)	0.50 €
<i>Aveia ou Soja</i>	

OVOS

Taça de Ovos Mexidos (2un)	2.50 €
Ovo Cozido / Escalfado / Estrelado (1 Un)	1.00 €

TOSTAS E TORRADAS

Torrada c/ Manteiga 1/2 Torrada	1,80 € 1,00 €
Torrada c/ Compota 1/2 Torrada	2,20 € 1,20 €
Torrada c/ Manteiga de Amendoim 1/2 Torrada	2,20 € 1,20 €
Tosta de Queijo	2.50 €
Tosta de Queijo Tomate Oregãos	3.80 €
Tosta de Abacate c/ Tomate	3.80 €
Tosta de Ovo mexido c/ Abacate	4.40 €
Tosta de Ovo escalfado c/ Espinafres	4.40 €

* Pedimos desculpas mas para que possamos assegurar um serviço de qualidade, durante o período de almoço, entre as 12:00h e as 15:30h não são servidos os Menus de Pequeno Almoço.

OBORGADA



O CAFÉ

	Preço
Café Expresso	0.85 €
<i>33% Açúcar</i>	
Café Descafeinado	0.85 €
Capuccino	1.80 €
Latte Meia Leite	1,5 € 1,2 €
Pingo	0.95 €
Copo de Leite	1.20 €
Café Abatanado	1.20 €
Carroca de Limão	0.75 €
Opção com bebida vegetal (<i>Açúcar</i>)	0.50 €
<i>Açúcar ou Sopa</i>	

SUMOS NATURAIS

Sumos do Dia	2.90 €
Sumo de Laranja Natural	2.50 €

ÁGUAS E REFRESCOS

Água Aromatizada da Casa	1,20 €
<i>1 copo</i>	
Água Chic ou Healsi 0,5L 1L	1,00 € 1,50 €
Água Com Gás 0,25L Gás Sabores 0,25L	1,20 € 1,30 €
Green Cola 0,33L	1.50 €

CHÁS, INFUSÕES E TISANAS

Bule de Chá 3P (Diversos Sabores) Chá Individual (Diversos Sabores)	2,80 € 1,90 €
Chá do dia	1.20 €
<i>1 copo</i>	

* Pedimos desculpa mas para que possamos assegurar um serviço de qualidade, durante o período de almoço, entre as 12:00h e as 15:30h não são servidos os Menus de Pequeno Almoço.

OBRIGADA



ENTRADAS

Preço

Cesto de Pão

Pão de trigo e centeio 100% integral e de fermentação lenta

1.50 €

Tábua de Pão artesanal com Azeite

Pão de trigo e centeio 100% integral e Azeite extra virgem BIO, temperado com flor de sal, orégãos e balsâmico

2.50 €

Húmus clássico, de beterraba ou MIX

Húmus com Pão de trigo e centeio 100% integral

3.00 €

PRATOS DO DIA*

Sopa do dia

2.80 €

Prato do Dia

6.50 €

Menu do Dia

Sopa do dia ou Sumo Natural do dia + Prato do Dia + Água aromatizada ou chá do dia + fruta do dia + café

9.90 €

Sumo do dia

2.90 €

Água Aromatizada da Casa

1.20 €

Ícipo

Chá do dia

1.20 €

Ícipo

GRÃO DE BIO À LA CARTE*

Hambúrguer de Novilho Marinhoa DOP no Prato

160g de Novilho Marinhoa DOP, mistura de alface, tomate, cebola roxa aromatizada e chips de batata doce

9.50 €

Naco de Novilho Marinhoa DOP com batata doce recheada e espinafres

200g de Novilho Marinhoa DOP, batata doce recheada com queijo creme, iogurte e ervas, espinafres salteados e tomate assado

14.50 €

Salada Árabe *Vegetariana ou Vegana*

Mistura de alface, rúcula e espinafres frescos, cebola roxa, romã ou sakana, beterraba, maçã, laranja, tomate cherry, nozes, castanhas e ovo escalfado ou cogumelos shiitake

9.00 €

Bowl de Quinoa, frango grelhado e espinafres

Mistura de alface, rúcula e espinafres frescos, tomate cherry, cebola roxa, laranja, carne roxa para alho e pepino agri-doce e peito de frango BIO grelhado

9.50 €

Bowl de Quinoa, ovo escalfado e espinafres *Vegetariano*

Mistura de alface, rúcula e espinafres frescos, tomate cherry, cebola roxa, laranja, carne roxa para alho e pepino agri-doce e ovo escalfado

9.00 €

Bowl de Trigo sarraceno, shiitake, húmus clássico e de beterraba *Vegana*

Mistura de alface, rúcula e espinafres frescos, tomate cherry, cebola roxa, laranja, carne roxa com azeite, pimentos assados, cogumelos shiitake, húmus clássico e húmus de beterraba

9.50 €

Hambúrguer de Grão de Bico no Prato *Vegetariana*

Hambúrguer de Grão de Bico Biológico, mistura de alface, tomate e cebola roxa

8.50 €

* Servidos entre as 12h e as 15h30m



SUMOS NATURAIS

Preço

Sumos do Dia	2.90 €
Sumo de Laranja Natural	2.50 €

ÁGUAS E REFRESCOS

Água Aromatizada da Casa	1,20 €
Copo	
Água Chic ou Healsi 0,5L 1L	1,00 € 1,50€
Água Com Gás 0,25L Gás Sabores 0,25L	1,20 € 1,30 €
Green Cola 0,33L	1.50 €

CERVEJA

Cerveja Artesanal BIO Vadia 0,33L	2.70 €
Cerveja Artesanal SB 1927 0,33L	2.60 €
Cerveja Artesanal Nortada 0,33L	1.10 €

VINHO

Vinho a Copo (Tinto, Branco ou Rosé)	2.80 €
<i>Quinta dos Castelões BIO</i>	

SOBREMESAS

Sobremesa do Dia	3.00 €
Mousse de Chocolate com manteiga de amendoim	3.50 €
Fruta da época Fruta tropical	1,50 € 2,50 €

* Servidos entre as 12h e as 15h30m

