

CARDÁPIO



TOSTAS ABERTAS KETO. SEM GLÚTEN. (OPEN LOWCARB TOAST. NO GLUTEN.)

ALÉM DO PÃO LOWCARB PODE ESCOLHER: BAGUETE, BAGEL OU SALOIO
(CONTEM GLÚTEN E DEIXA DE SER LOWCARB).

Avocado & Eggs 1 dose: 9,90€
1/2 dose: 5,50€

Fatias de pão lowcarb com esmagado de avocado e ovos mexidos / Slice of lowcarb bread with avocado and scrambled eggs.

American Protein 1 dose: 9,90€
1/2 dose: 5,50€

Fatias de pão lowcarb com manteiga, ovos mexidos e bacon / Slice of lowcarb bread with butter, scrambled eggs and bacon.

Sunny Egg 1 dose: 9,00€
1/2 dose: 5,00€

Fatias de pão lowcarb com manteiga, cream cheese, avocado cremoso, bacon, ovo frito e palitos de cenoura com pastinha de queijo. / Slice of lowcarb bread with butter, cream cheese, creamy avocado, bacon, fried egg and carrot sticks with cheese spread.

Benedict Lowcarb 1 dose: 12,00€
1/2 dose: 6,50€

Fatias de pão lowcarb, salmão fumado, dois ovos escalfados com gema mole, molho holandês e salada. / Slice of lowcarb bread, smoked salmon, soft-boiled poached egg, hollandaise sauce and salad.

Brie, Presunto, Nozes e Mel 1 dose: 12,00€
1/2 dose: 6,50€

Fatias de pão lowcarb com manteiga, queijo Brie, presunto, mel e nozes picadas. / Slice of lowcarb bread with butter, Brie cheese, ham, honey and chopped nuts.

Omega Salmon 1 dose: 12,00€
1/2 dose: 6,50€

Fatias de pão lowcarb com cream cheese, ovos mexidos, avocados e lascas de salmão fumado. / Slice of lowcarb bread with cream cheese, scrambled eggs, avocado and smoked salmon chips.

TOSTAS FECHADAS LOWCARB. SEM GLÚTEN. (CLOSED LOWCARB TOASTS. GLUTEN FREE)

ALÉM DO PÃO LOWCARB PODE ESCOLHER: BAGUETE, BAGEL OU SALOIO
(CONTEM GLÚTEN E DEIXA DE SER LOWCARB)

Tosta Lowcarb 5,00€

Manteiga e queijo ou fiambre / Butter and cheese or ham.

Tosta Mista Lowcarb 6,00€

Manteiga, queijo e fiambre / Butter, cheese and ham.

Provençal Lowcarb 7,00€

Molho de tomate temperado, queijo, fiambre, tomate e orégano e palitos de cenoura com pastinha de queijo / Seasoned tomato sauce, cheese, ham, tomato and oregano, and carrot sticks with cheese spread.

Tuna Fit 9,00€

Manteiga, pasta de atum com queijo, milho e azeitonas e palitos de cenoura com pastinha de queijo / Butter, tuna and cheese spread, corn and olives, and carrot sticks with cheese spread.

Brie com presunto. 11€

Manteiga, queijo Brie e presunto. Acompanha palitos de cenoura com pastinha de queijo. Butter, Brie cheese, and ham. Served with carrot sticks and cheese spread.



Brie, Presunto, Mel e Nozes



Sunny Egg



American Protein



Benedict Lowcarb



Omega Salmon

TORRADAS KETO, LOWCARB E SEM GLÚTEN.

1/2 Torrada LOWCARB com manteiga 3,00€

Torrada LOWCARB com manteiga 5,00€

TORRADAS TRADICIONAIS

1/2 Torrada SALOIO com manteiga 1,50€

Torrada SALOIO com manteiga..... 2€

AÇAÍ

Mini Açaí 4€

Bowl mini de açaí com 1 topping à escolha. / Mini açaí bowl with 1 topping of your choice

Taça de Açaí 7€

Taça de açaí com 2 toppings à escolha / Açaí bowl with 2 toppings of your choice.

Açaí Bowl 9€

Bowl de açaí com 3 toppings à escolha.

Toppings disponíveis

Mel

Doce de Leite

Pasta de amendoim

Frutas do dia

Granola

Mix de Sementes

Leite em Pó

Whey Protein de Baunilha

Leite condensado

Creme Pistachio

EXTRAS

Chantilly / Nata ... 0,70€

Mel ou geléia 0,70€
Honey or jelly

Manteiga de amendoim ... 1€
Peanut butter

Dose de Whey Protein.....2,50€

**Calda de brigadeiro,
doce de leite ou pistachio... 4,00€**
Brigadeiro sauce, dulce de leche or pistachio.

Avocado esmagado 2,00€
(solicite com ou sem tempero de limão e ervas)

Bacon em tiras1,50€
Bacon in strips

Bola de açaí 2€
Açaí ball

Bowl P de salada da casa 2,80€
House salad P bowl



OVOS KETO, SEM GLÚTEN. LOWCARB.

Ovos mexidos com torrada lowcarb 6,00€
Scrambled eggs with lowcarb bread.

Ovos mexidos misto 9,90€
Ovos mexidos com fiambre e queijo. Acompanha torrada lowcarb. / Scrambled egg with ham and cheese. Served with lowcarb toast.

Ovos Rachel 9,90€
Ovos mexidos com topping de avocado esmagado e tiras de bacon. Acompanha pão lowcarb. / Scrambled eggs with crushed avocado topping and bacon. Served with lowcarb bread.

Omelete Simples 6,00€
Omelete com presunto, queijo creme, queijo gouda, e cebola crocante / Omelet with ham, cream cheese, gouda cheese and crispy onion.

Omelete Misto 9,90€
Omelete com presunto, queijo creme, queijo gouda, e cebola crocante / Omelet with ham, cream cheese, gouda cheese and crispy onion.



Omelete Misto

PANQUECAS

Simples 5€
Simples

Manteiga, mel ou geléia 6€
Butter, honey or jam

Nata e frutos vermelhos ou doce . . 6,90€
Cream with red fruits.

Salt: avocado, ovos mexidos e bacon 12 €
Avocado, scrambled eggs and bacon.

BAGEL

Egg and Salmon..... 8,00€
Bagel recheado com ovos mexidos, cream cheese e salmão. /
Bagel stuffed with scrambled eggs, cream cheese and salmon.

Naturale..... 8,00€
Bagel recheado com ovos mexidos, cream cheese e salada verde. /
Bagel stuffed with scrambled eggs, cream cheese and green salad.

CROISSANT BRIOCHE

Simples com manteiga 2,50€
Simple with butter

Recheados 5€
Stuffed Salgados: queijo, fiambre ou misto. /
Savory: cheese, ham or mixed.

Com ovos mexidos..... 5,20€

SALGADOS

Pão de queijo  2€
Cheese bread

Coxinha de frango..... 3€
Chicken drumstick

Pão de queijo recheado  3€
Com queijo fiambre ou misto / Stuffed cheese bread
(with cheese, ham or mixed)

Empada Brasileira de frango ... 3,50€
Brazilian Chicken pie.



Empada Brasileira de frango

OS BOLOS MAIS DELICIOSOS

AUTORAIS. FABRICO PRÓPRIO. ARTESANAIS.
ZERO CONSERVANTES ADICIONADOS

TRADICIONAIS

Bolo de cenoura com brigadeiro

Carrot cake with brigadeiro (fatia/slice) ... 5€/6,5€ com muita calda extra

Bolo de cenoura com recheio de brigadeiro ao leite. / Carrot cake with milk brigadeiro filling.

Bolo três chocolates / Three chocolates cake (fatia/slice) 6€

Bolo pão de ló de chocolate com recheio duplo de brigadeiro branco e brigadeiro noir, coberto com granulados de chocolate ao leite e negro belga. / Chocolate sponge cake with double filling of white brigadeiro and black brigadeiro, covered with milk and Belgian dark chocolate sprinkles.

Bolo Pistachio Dubai (fatia/slice) 6€/7,5€ com muita calda extra

Pão de ló de chocolate com recheio duplo de brigadeiro ao leite e crema de pistachio Dubai, coberto com granulados de chocolate ao leite e pistachio e muita calda para adicionar! / Chocolate sponge cake with double filling of milk brigadeiro and Dubai pistachio cream, topped with milk chocolate and pistachio sprinkles and plenty of syrup to add!




Matilda Cake. 9€

Bolo de chocolate com dupla camada de recheio de ganache de chocolate ao leite e coberto com calda quente de chocolate. Chocolate cake with a double layer of milk chocolate ganache filling and topped with hot chocolate sauce.


WELLNESS

TODOS OS NOSSOS PRODUTOS DE LINHA INCLUSIVA PODEM CONTER TRAÇOS DE LEITE, GLÚTEN, LACTOSE, AÇÚCAR, AMÊNDOAS E CASTANHAS / FATIA - SLICE

Bolo de milho com coco 4,50€

Corn cake with coconut   

Bolo de tapioca com coco ... 4,90€

Tapioca cake with coconut  

Brownie funcional 5,50€

Functional brownie   

Matilda Cake Lowcarb 13€

Bolo lowcarb de chocolate com recheio duplo de ganache de chocolate keto e coberto com calda quente de chocolate keto. Low-carb chocolate cake with a double filling of keto chocolate ganache and topped with warm keto chocolate sauce.

Bolo três chocolates Lowcarb/ Lowcarb Three chocolates cake (fatia/slice) 8€

Bolo lowcarb de chocolate com recheio duplo de ganache branca e meio amarga, coberto com raspas de chocolate ao leite e negra. Low-carb chocolate cake with a double filling of white and semi-sweet ganache, topped with milk and dark chocolate shavings.

Bolo frio de coco Lowcarb 6,00€

Bolo úmido lowcarb de baunilha, recheado com ganache de coco keto e coberto com coco ralado. Moist, low-carb vanilla cake filled with keto coconut ganache and topped with shredded coconut.

OS DOCES MAIS DELICIOSOS

TRADICIONAIS

Brigadeiros 2€

Ao leite, Noir, Casadinho, Pistache ou Coco. / Milk, Noir, Casadinho, Pistachio or Coconut.

Pastel de Nata 2€

Discos de chocolate 2,20€

Discos de chocolate nobre, feitos com pura manteiga de cacau e diversos tipos de crocância. / Discs of noble chocolate, made with pure cocoa butter and different types of crunch. Ask the waiter what flavors are available.

WELLNESS

Pão de Mel Lowcarb . . 5€

Bolo lowcarb pão de mel com recheio de ganache de doce de leite e coberta com chocolate ao leite keto. Low-carb honey bread cake filled with dulce de leche ganache and covered with keto milk chocolate.

Discos de chocolate Lowcarb. . 2,50€

Chocolate discs. Consulte os sabores disponíveis / See available flavors

IOGURTES E FRUTAS

Mix de Frutas do dia  4€
Fruits of the day

Fruta do dia com mel e granola. 4€

Yo Bowl  6€

Bowl de iogurte natural não adoçado, granola e frutas da estação / Bowl of unsweetened natural yogurt, granola and seasonal fruits

Yo Bowl Detox  6,80€
iogurte grego natural batido com spirulina, frutos vermelhos e granola./Plain Greek yogurt blended with spirulina, berries and granola

Yo Bowl Protein7,20€

Bowl de iogurte natural batido com whey protein de baunilha, granola e frutas da estação / Bowl of natural yogurt blended with vanilla whey protein, granola, and seasonal fruit.

BATIDOS E SUMOS

Banana e Amendoim 5,00€

Batido de banana com pasta de amendoim. Opções: Leite vegetal ou de vaca. Em caso de preparo com leite vegetal, fica um produto vegano / Banana smoothie with peanut butter. Options: Vegetable or cow's milk.

Pink Rose 5,00€

Batido de banana e morango. Opções: Leite vegetal ou de vaca. Em caso de preparo com leite vegetal, fica um produto vegano / Banana and strawberry smoothie. Options: Vegetable or cow's milk.

Açaí no copo 6,00€

Açaí batido com banana ou morango e leite. Em caso de preparo com leite vegetal, fica um produto vegano. / Açaí smoothie with banana or strawberry and milk.

Peanut Energy  5,00€

Batido de banana, pasta de amendoim, cacau e leite /Banana, peanut butter, cocoa and milk smoothie

Tropical Detox  5,00€

Sumo de laranja, pepino, hortelã, gengibre e mel./Orange juice, cucumber, mint, ginger and honey.

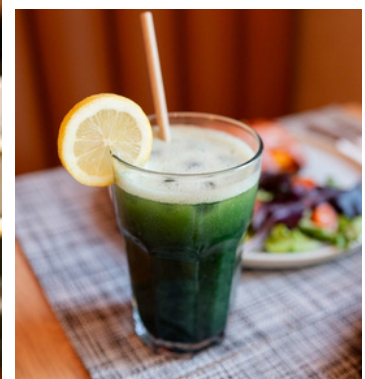
Cítrico Vital 4,50€

Laranja, limão e espirulina./Orange, lemon and spirulina.

Limonada de Frutos Vermelhos/Red Fruit Lemonade. . 3,20€

Sumo de Laranja/Orange juice   3,20€

 SEM AÇÚCAR ADICIONADO  VEGETARIANO





MEIA DE LEITE



MOCHA PISTACHIO



FRAPPUCCINO



ICED COFFEE LATTE
BRIGADEIRO



ICED COFFEE

CAFÉS QUENTES

Espresso curto, simples ou cheio.....	1,40€
Espresso Macchiato ou Garoto	1,70€
Espresso brigadeiro	2,50€
Espresso duplo ou doppio	2,60€
Carioca de café	1,30€
Abatanado ou americano	1,90€
Latte Macchiato ou Galão	2,50€
Cappuccino	3€
Cappuccino brasileiro	3,20€
Café Latte ou Meia de leite	2,20€
Flat white	3€
Mocha brigadeiro	3,50€
Mocha Pistachio	3,50€
Café espresso com natas	1,90€
Copo de leite	2,30€
Leite com chocolate belga	2,25€
Chocolate ultra cremoso	3,50€

BEBIDAS FUNCIONAIS

Super Café (Energia, foco e Metabolismo).....	2,50€
Café Brasil com Colágeno	2,40€
Golden Latte	2,25€
Matcha Latte	2,50€

CAFÉS FRIOS

Iced coffee (café frio)	2€
Iced coffee latte (café frio e leite)	3€
Iced coffee com natas.....	3,40€
(café frio com natas doces)	
Iced coffee brigadeiro.....	3€
(café frio com creme de brigadeiro)	
Iced coffee pistachio	3,50€
(café frio com creme de pistachio)	
Iced coffee caramelo	3,50€
Frappuccino	4,50€
(leite, café, caramelo e chantilly)	
Bombom iced latte	3€
(café frio e leite condensado)	
Coffee & Protein	6€

Shot de espresso, cacau, Whey de baunilha e leite./ Espresso shot, cacao powder, vanilla whey and milk.

PARA BEBIDA VEGETAL: +0,50€

PARA BEBIDAS COM DESCAFEINADAS: +0,10€

CHANTILLY (NATAS): + 0,70 €

PRATOS DE ALMOÇO

Salmão com purê trufado

Salmão grelhado com purê trufado e salada.

11,90€

Lasanha courgette de frango

Lasanha de courgette com frango desfiado.

12,90€

Lasanha courgette de novilho

Lasanha de courgette com carne de novilho picada.

12,90€

Strogonoff de carne

Strogonoff de carne com arroz e batata palha.

11,90€

Strogonoff de frango

Strogonoff de frango com arroz e batata palha.

11,90€

Bacalhau com natas

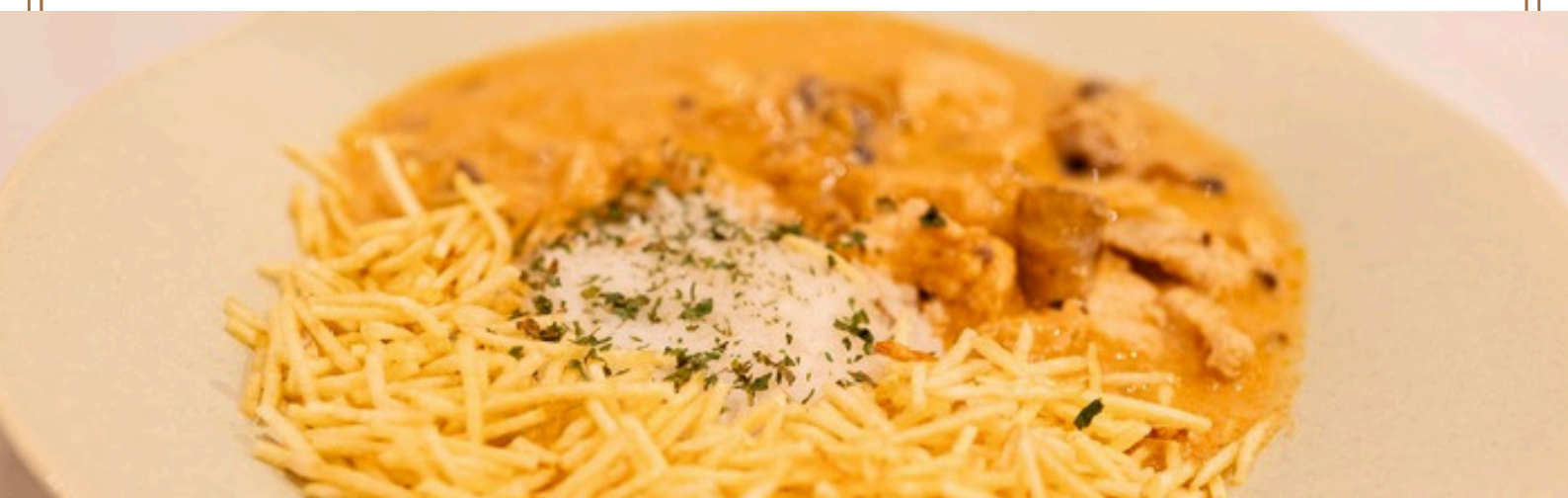
Bacalhau desfiado com batata e nata. Acompanha salada de alafce e tomate.

11,90€

Delícia de bacalhau

Bacalhau desfiado com camarões e nata. Acompanha salada de alafce e tomate.

11,90€



BEBIDAS E CHÁS

Água 500ml 2,00€

Water

**Água com gás
(pedras ou castelo) 2€**

Sparkling water

Água com gás sabores 2€

Ice tea 2,50€

Refrigerante. 2,50€

Chás 1,50€

Saquetas / Teas (sachets)

Chás da casa 2,50€

1 pessoa.

Chás da casa 3,50€

2 pessoas.

Sumos (néctar) 2€

Consulte sabores disponíveis / Juices (nectar)
(consult available flavors)

Ginger ale 2,50€

Cerveja Super Bock 2€

**Budweiser ou Stela Artois
ou Heineken 2,50€**

Mini garrafa de vinho 8€

Imperial (Heineken) 2,50€

Taça de vinho 5€

ALMOÇO DO DIA

Prato Almoço do dia 9,90€

Bebida + Prato Almoço do dia + Brigadeiro ou café 12,50€



CHÁS E INFUSÕES DA CASA

Especiarias e bem estar

Infusão saborosa e suave, de camomila, hibisco, cravinho, canela, fruta seca e bagas de goji

Diurético e anti-ox

Infusão intensa de hibisco e maçã

Desincha e melhora a digestão

Infusão suave composta por dente de leão, funcho, carqueja, barba de milho e cavalinha.

Anti ox/in

Infusão suave e harmônica, composta por Lúcia Lima, erva príncipe e perpétua roxa.

Diurético e bem estar

Infusão suave e deliciosa, composta por Lúcia Lima e barba de milho.

Detox

Infusão detox que acelera o metabolismo, de sabor intenso e picante, composta por hortelã, carqueja, dente de leão, pimenta rosa e pimenta piri piri.

Bem estar

Infusão deliciosa e levemente adocicada, composta por funcho e Lúcia Lima.

TEMOS LATINHAS DE NOSSAS INFUSÕES DA CASA PARA DAR DE OFERTA OU LEVAR PARA CASA!

