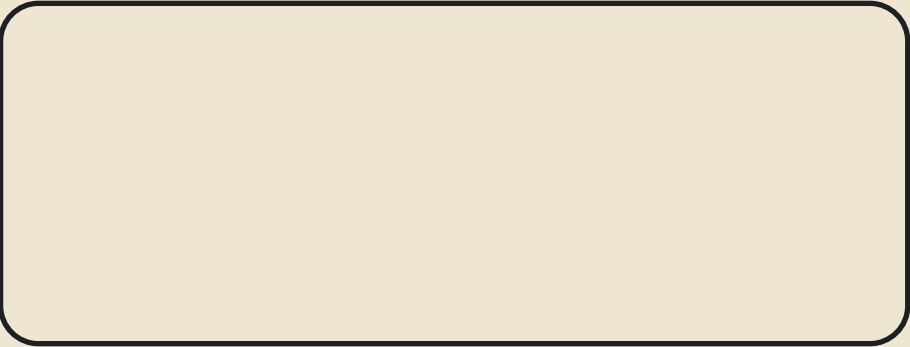


SUGESTÕES DA SEMANA



QUESADILLAS

Escolhe os molhos de manga ou pesto

SURFIE COM MOZZARELLA, SALMÃO, CREME DE ABACATE E MANJERICÃO	13.50
BEMYSELF COM MOZZARELLA E MOLHO DE TOMATE	9.50
ALEGREME COM MOZZARELLA, MOLHO DE TOMATE, BACON E OVO MEXIDO	12.00
VEGAN COM QUEIJO VEGAN E MOLHO DE TOMATE / EXTRA FETA	10.00 / 12.50
ATUM COM MOZZARELLA, MOLHO DE TOMATE E AZEITONAS	12.00
FRANGO COM MOZZARELLA, MOLHO JALAPENO, , CEBOLA E PIMENTO VERMELHO	12.50

PRATOS E BOWLS

Extras (+ 1.50€): doce leite, caramelo salgado, creme pistachio, creme avelã, nutela, leite condensado

BATATA DOCE COM OVO MEXIDO, SALADA E ABACATE / SALMÃO	13.50 / 14.50
BATATA DOCE VEGAN COM SALADA E PEDAÇOS DE ABACATE / EXTRA FETA	13.50 / 15.50
BOWL DE SALMÃO COM OVO ESCALFADO, SALADA, ABACATE E MOLHO PESTO	14.50
IOGURTE BOWL PEQUENA COM FRUTA E GRANOLA / VEGAN	5.00 / 5.50
IOGURTE BOWL COM FRUTA E GRANOLA / VEGAN	8.00 / 8.50
PAPAIA COM IOGURTE NATURAL, FRUTA E GRANOLA / VEGAN	10.00 / 10.50
AÇAÍ BOWL COM IOGURTE NATURAL, FUTA E GRANOLA / VEGAN	9.00 / 9.50
AÇAÍ BOWL COM PITAIA, IOGURTE NATURAL, FUTA E GRANOLA / VEGAN	9.00 / 9.50
FROZEN BOWL VEGAN AÇAÍ COM PITAYA, FRUTA E GRANOLA CASEIRA	10.00
FRENCH TOAST COM FRUTA, DOCE DE FRUTOS VERMELHOS E MEL	8.50

TOSTAS

Podes trocar por pão sem glúten (+ 0.50€). Não adequado a celíacos, por contaminação cruzada

MEIA TORRADA COM MANTEIGA	2.50
TORRADA COM MANTEIGA	3.50
TORRADA COM OVO MEXIDO	6.00
SORRISO COM OVO MEXIDO, BACON, SALADA E MEL	8.00
ALEGREME COM CREME DE ABACATE, OVO ESCALFADO, SALADA E MEL OU PESTO	8.50
VEGAN COM ABACATE, BANANA E MANTEIGA DE AMENDOIM / AMÊNDOA	9.00 / 10.50
SALMÃO COM OVO MEXIDO E MEL OU MOLHO PESTO	12.00

OS NOSSOS PRODUTOS SEM GLÚTEN, NÃO SÃO ADEQUADOS PARA CELÍACOS POR POSSIBILIDADE DE CONTAMINAÇÃO CRUZADA. SE TIVERES DÚVIDAS, FALA CONNOSCO.

ALEGREME

BRUNCH

19.50

- IOGURTE COM GRANOLA, FRUTA E MEL.
- TOSTA COM OVO MEXIDO ESTRELADO OU ESCALFADO E UMA DAS OPÇÕES: BACON E MEL OU ABACATE E MOLHO PESTO OU SALMÃO (+ 3.00€).
- PANQUECAS COM FRUTA E MEL, MAPLE SYRUP, COMPOTA DE FRUTAS OU DOCE DE LEITE.
- BEBIDA: SUMO NATURAL DO DIA / LATTE / CHÁ / CAFÉ AMERICANO / CAPPUCCINO E CAFÉ.

MINI BRUNCH

14.00

- IOGURTE COM GRANOLA, FRUTA E MEL.
- TORRADA COM OVO À ESCOLHA: ESCALFADO, MEXIDO OU ESTRELADO.
- PANQUECAS SIMPLES COM FRUTA E COMPOTA DE FRUTAS, DOCE DE LEITE OU MEL.
- BEBIDA: SUMO NATURAL DO DIA.

BRUNCH VEGAN

20.00

- IOGURTE VEGETAL COM GRANOLA, FRUTA E MAPLE SYRUP.
- TOSTA COM MANTEIGA DE AMENDOIM / AMÊNDOA (+ 1.00€), ABACATE E FRUTA.
- PANQUECAS VEGAN.
- BEBIDA: SUMO NATURAL DO DIA / CAFÉ AMERICANO / LATTE OU CAPPUCCINO.

E QUE TAL UM EXTRA?

EXTRAS: BACON (2.00€), SALMÃO (4.00€), ABACATE (3.00€), PÃO (1.50€), OVO (1.50€).

BRUNCH EXTRAS: IOGURTE VEGETAL (0.50€), SUMO GRANDE (1.00€ APENAS P/ MINI BRUNCH), SUMO DE LARANJA (0.50€), SEM GLÚTEN (0.50€).



PANQUECAS

Opções com gelado: sabor baunilha
Extras (+ 1.50€): nutella, creme de avelã, pistaccio, caramelo salgado, ou pistachio com kadayif (+ 2.50€)

SIMPLES COM MEL, DOCE DE LEITE, MAPLE SYRUP, COMPOTA OU CANELA	5.00
SIMPLES COM CREME DE PISTACHIO E KADAYIF DO DUBAI	7.00
BOSQUE COM FRUTOS VERMELHOS, GELADO, COMPOTA E MEL	8.00
BANOFFEE COM DOCE DE LEITE, BANANA, GELADO DE BAUNILHA E CACAU	8.00
PROTEÍCA COM FRUTA, IOGURTE GREGO, CACAU PROTEICO E MAPLE SYRUP	9.00
SURFIE COM FRUTA, SPEKULATIUS E MAPLE SYRUP	8.00
VEGAN COM COMPOTA OU SPEKULATIUS, GRANOLA, FRUTOS VERMELHOS E BANANA	8.50
SALGADA COM MANTEIGA, MAPLE SYRUP OU MEL, OVO ESTRELADO E BACON	9.50

CREPES

Opções com gelado: sabor baunilha
Extras (+ 1.50€): nutella, creme de avelã, pistaccio, caramelo salgado, ou pistachio com kadayif (+ 2.50€)

SIMPLES COM COBERTURA DE AÇÚCAR DE COCO E CANELA EM PÓ	5.50
NAPOLI COM IOGURTE GREGO, FRUTA E GRANOLA TOSTADA	8.00
GÉNOVA COM BOLA DE GELADO, FRUTA E CREME DE CACAU	8.50
AMAZÓNIA COM AÇAÍ, FRUTOS VERMELHOS, COMPOTA E COCO	9.00

FAZ A TUA PANQUECA!

MENU 2

8.00

2 PANQUECAS
1 FRUTA + 2 TOPPINGS + 1 BEBIDA

MENU 3

9.00

3 PANQUECAS
1 FRUTA + 2 TOPPINGS + 1 BEBIDA

1. ESCOLHE UMA FRUTA

BANANA / MIRTILO / FRAMBOESA / KIWI / MANGA / FRUTA DA ÉPOCA

2. ESCOLHE ATÉ DOIS TOPPINGS

NUTELLA / MANTEIGA DE AMÊNDOA / MANTEIGA DE AMENDOIM / MANTEIGA DE SPECULOOS
GRANOLA / IOGURTE / XAROPE DE ALFARROBA / CARAMELO / CARAMELO SALGADO / COMPOTA
CREME DE PISTACCIO / CREME DE AVELÃ / DOCE DE LEITE / MEL / MAPLE SYRUP / CREME DE PISTACHIO COM KADAYIF (+ 1.50€)

3. TERMINA COM UMA BEBIDA FAVORITA

CAPPUCCINO / LATTE / GOLDEN MILK / AMERICANO / EXPRESSO ABATANADO

OUTRAS BEBIDAS:

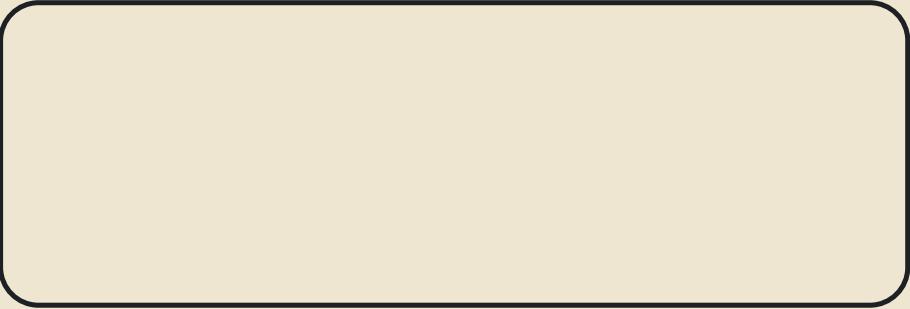
SUMO DO DIA (+ 1.00€) / SUMO LARANJA (+ 1.50€) / FLAVOURED LATTE (+ 1.50€) / SMOOTHIE (+ 3.00€) / MILKSHAKE (+ 3.00€)

O NOSSO MENU É PREPARADO COM PRODUTOS BIOLÓGICOS, DISPONÍVEIS A GRANEL NA NOSSA MERCEARIA E ONLINE EM ALEGRE-ME.PT

CAFÉS		CHÁS	
Extras: descafeinado (0.10€), leite vegetal (0.50€)		Consulta todas as opções com o nosso staff	
EXPRESSO / DUPLO	1.00 / 1.80	SUNSHINE WAKE-UP	2.50
ABATANADO	1.60	DAYLIGHT DETOX	3.00
CAFÉ AMERICANO	1.60	SUNSET RELAX	2.50
GALÃO	2.60		
MEIA DE LEITE	1.60		
COPO DE LEITE	1.90		

SUMOS NATURAIS	
DO DIA PEQUENO / GRANDE	2.00 / 3.00
LARANJA PEQUENO / GRANDE	2.50 / 3.50
TROPICAL ANANÁS, PAPAIA E MANGA	4.50
GREEN DETOX ANANÁS, LIMÃO, GENGIBRE E HORTELÃ	4.50

SUGESTÕES DA SEMANA



CERVEJAS		A COPO	
SUPER BOCK MINI 25CL	1.50	VALE BARRIS TINTO / BRANCO	2.50
SUPER BOCK MÉDIA 33CL	2.00	RESERVA PREMIUM TINTO / BRANCO	4.50
SUPER BOCK STOUT 33CL	2.00	DOC HORÁCIO SIMÕES MOSCATEL	3.90
MURMÚRIO ARTESANAL 33CL	4.00		
SOMERSBY 20CL	1.70		

COCKTAILS		REFRIGERANTES	
MIMOSA	4.50	COCA-COLA ZERO LATA 0.33L	1.90
APEROL SPRITZ	6.50		

ÁGUAS	
EDEN ÁGUA DE NASCENTE 50CL	1.40
EDEN ÁGUA DE NASCENTE 1L	2.00
ÁGUA ENGARRAFADA 50CL	1.50

USAMOS EXCLUSIVAMENTE PÃO DE FERMENTAÇÃO LENTA E INGREDIENTES FRESCOS DO DIA.



NOVOS MILKSHAKES COM TOQUE DE CHEF!

SIM, TEMOS MILKSHAKES. E SIM, SÃO INCRÍVEIS! VÊ A NOSSA SECÇÃO E DELICIA-TE COM TODAS AS NOVIDADES DA CHEF INÊS.

CLÁSSICOS	
Extras: descafeinado (0.10€), leite vegetal (0.50€)	
CAPPUCCINO	2.60
LATTE CARAMELO	3.50
LATTE CHOCOLATE	3.50
CACAU QUENTE	4.50
GOLDEN MILK	3.00

CLÁSSICOS ICED	
Extras: descafeinado (0.10€), leite vegetal (0.50€)	
(FRIO) CAFÉ COM LEITE E NATAS	3.20
(FRIO) LATTE CARAMELO	3.50
(FRIO) LATTE CHOCOLATE	3.50
(FRIO) AFFOGATO	4.00

NUTELA	5.00
ALEGREME	5.00
MORANGO	5.00
SPECULOOS	5.00
MANTEIGA DE AMENDOIM	5.00
GELADO DE BAUNILHA E MORANGO	5.50

SMOOTHIES	
RED COM FRUTOS VERMELHOS, BANANA, ANANÁS E LEITE VEGETAL	4.50
GREEN COM ABACATE, MAÇÃ, ANANÁS E LEITE VEGETAL	4.50
SMILE COM SUPERFOOD MIX, BANANA, AVEIA E LEITE VEGETAL	5.00
SURFIE COM BANANA, AÇAÍ, AVEIA, SUPERFOOD MIX E LEITE VEGETAL	5.00
ALEGREME COM BANANA, FRAMBOESA, AVEIA, SUPERFOOD MIX E LEITE VEGETAL	5.00
NUTTY COM MANTEIGA DE AMENDOIM, BANANA, CACAU, TÂMARAS E LEITE DE COCO	5.50
HEALTHY COM ESPINAFRE, AVEIA, MAÇÃ, LIMA, SPIRULINA, MACA, BANANA, HORTELÃ E LEITE VEGETAL	5.50

ADOÇA O TEU DIA	
BROWNIE SIMPLES	1.60
BROWNIE COM TOPPING DE GELADO	3.60
BOLO DE NOZES SEM GLÚTEN COM CACAU	3.50
SCONE COM RECHEIO DE MIRTILOS	1.50
TÂMARA COM MANTEIGA DE AMENDOIM	1.50
CUPCAKE VEGAN	1.50

TUDO É PREPARADO NO MOMENTO E COM AMOR E ATENÇÃO AOS DETALHES, PARA QUE TENHAS A MELHOR EXPERIÊNCIA, POR ISSO, VEM COM TEMPO E DESFRUTA!