



daTerra tudo o que vem, faz-lhe bem!

Os nossos buffets combinam ingredientes variados de cada estação do ano, para que queira repetir sempre de uma forma diferente, as vezes que quiser.

Buffet Almoço



Sopa + entradas + saladas variadas + pratos do dia à escolha.
A famosa sopa daTerra é 100% sabor, 0% batata, apenas legumes ricos em sabor e nutrientes.

De segunda a sexta-feira, ao almoço, das 12h às 15h.

9,50€

Buffet



Sopa + entradas + saladas variadas + pratos selecionados à escolha.
Uma boa entrada é sempre um bom começo. Delicie-se com a nossa poesia de sabores.

De segunda a sábado ao jantar das 19h às 22h. Feriados e fins-de-semana ao almoço das 12h às 15h.

11.50€

Buffet kids Até aos 10 anos.

5,90€

Os valores apresentados são por pessoa.

 Vegan

 Bio

 Raw

 Sugar Free

 Gluten Free

Leve da Terra consigo!

Selecione as embalagens e sirva-se. Um serviço prático e simples aos preços mais verdes.

Take Out

Box pequena	5.50€
Box média	7.50€
Sopa 100% sabor, 0% batata	2.50€
<i>As nossas embalagens são amigas do ambiente, compostáveis e biodegradáveis. As matérias-primas utilizadas são 100% provenientes de plantas e contribuem para a redução das emissões de CO2.</i>	

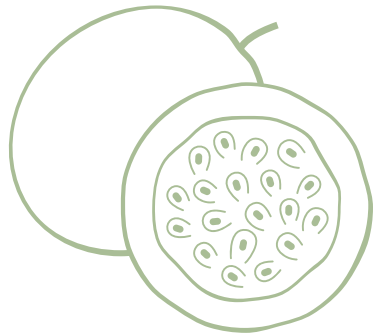
Cartão Cliente

Se é cliente frequente, peça já o seu.	75.00€
<i>Beneficie do nosso desconto verde ao adquirir um cartão de 10 refeições, para uma utilização frequente de segunda a sexta-feira, ao almoço e jantar, exceto feriados. Serviço de take-out não incluído, utilização individual. Data de validade 3 meses.</i>	

Todos os produtos da Terra são VEGAN (100% vegetarianos).



SOBREMESAS



Nesta estação as nossas propostas são as deliciosas sobremesas clássicas em versão vegan.

Sobremesas

Tarte banoffee <i>Os nossos best sellers</i>	V	3.75€
Cheesecake	V	3.50€
Crumble de maçã	V	3.50€
Tarte de açai	V	3.75€
Tarte de maçã	A V	3.50€
Tarte de chocolate negro	V	3.50€
Bolo de chocolate <i>Os nossos best sellers</i>	V	3.50€
Tarte de côco	V	3.50€
Tarte de lima	V	3.75€
Tiramisu	A G V	4.25€

E ainda...

Quadrado de arroz tufado	G V	3.00€
Muffin	V	1.50€
Trufa	G V	1.00€
Pastel de nata	V	1.50€
Minicrumble de pera e morango	V	2.50€
Brownie	G V	2.50€
Tartelete de chocolate e framboesa	V	2.50€

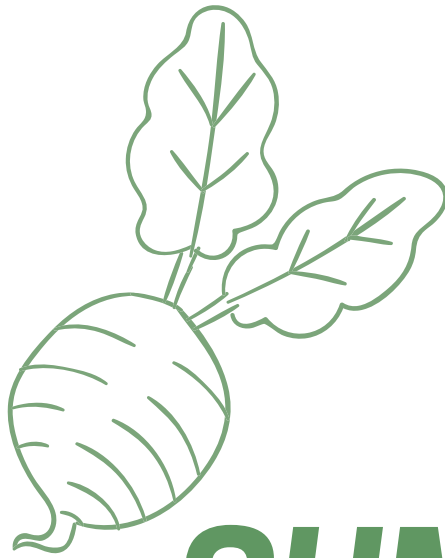
V Vegan

B Bio

R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free



SUMOS NATURAIS



Sumos Naturais

Fitoquímicos são substâncias naturais existentes nos vegetais que têm um poderoso efeito desintoxicante e antioxidante, que ajudam o nosso organismo a manter-se saudável.

Vitalina Laranja, kiwi, spirulina (33cl)	A	2.95€
Anamenta Ananás, maçã, menta (33cl)	A	2.95€
Mação Maçã, frutos silvestres, limão (33cl)	A	2.95€
Macibre Maçã, canela, gengibre (33cl)	A	2.95€
Maçaba Maçã, beterraba (33cl)	A	2.95€
Nutri frutti Papaia, banana, laranja (33cl)	A	2.95€
Limonada (33cl)	A	1.85€
Sumo de laranja (33cl)	A	2.95€
Sumo do dia (25cl) Almoço de segunda a sexta, exceto feriados	A	1.75€

Sistema Imunitário

Os frutos e os vegetais selecionados para estes sumos são ricos em antioxidantes que contribuem para o bom funcionamento do seu sistema imunitário.

Eddy veggio Vegetais verdes da época, maçã, limão, pepino (33cl)	A	3.25€
Electro berry Morangos, bagas, maçã, limão, gengibre (33cl)	A	3.25€
Orange julius Laranja, bebida de soja, baunilha, geleia de milho (33cl)		3.25€

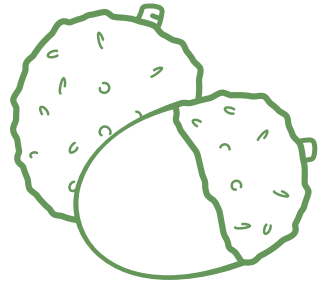
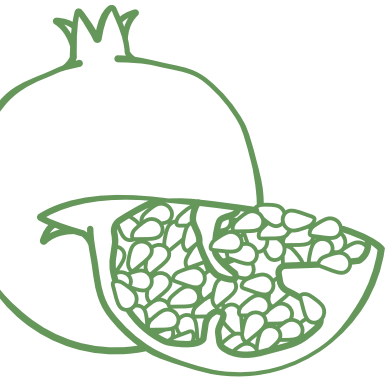
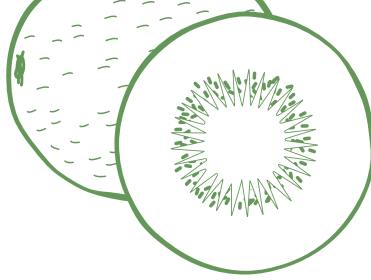
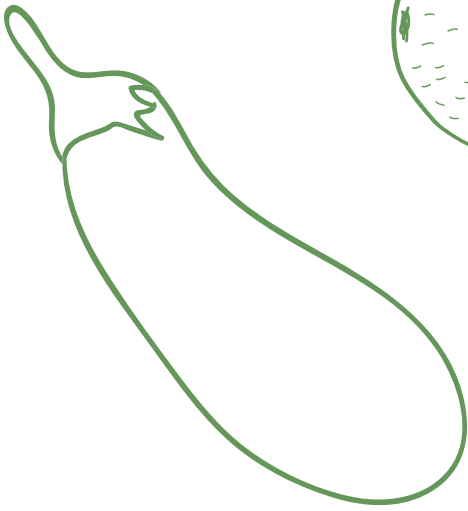
V Vegan

B Bio

R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free



Sumos Detox

Combinações que mantêm o seu organismo em forma. Escolha um dos 6 sumos abaixo e faça a ação detox do dia.

220v Pepino, maçã, aipo, salsa (33cl)	A	3.25€
Skin lotion Pepino, lima, espinafres, menta (33cl)	A	3.25€
Cur'a alma Beterraba, laranja, cenoura (33cl)	A	3.25€
Green clean Papaia, maçã, açafraão, espinafres, gengibre, limão (33cl)	A	3.25€
Detox on the rocks Maçã, cenoura, couve, clorela (33cl)	A	3.25€
Detox (also) on the rocks Maçã, cenoura, erva trigo (33cl)	A	3.25€

Smoothies

Misture os superalimentos e surpreenda o seu corpo.

Mix berry mix Mix de bagas, banana, bebida de soja, geleia de milho (33cl)	3.75€
Choc ana Cacau, banana, bebida de soja, sementes linhaça/chia (33cl)	3.75€
Choc sahara Cacau, abacate, bebida de soja, tâmaras (33cl)	3.75€
Super smoothie Maca em pó, cacau, óleo de coco, banana, bebida de soja, geleia de milho (33cl)	3.75€

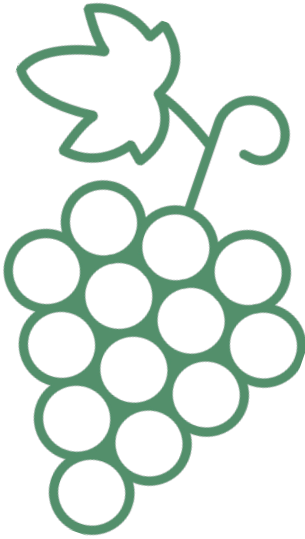
V Vegan

B Bio

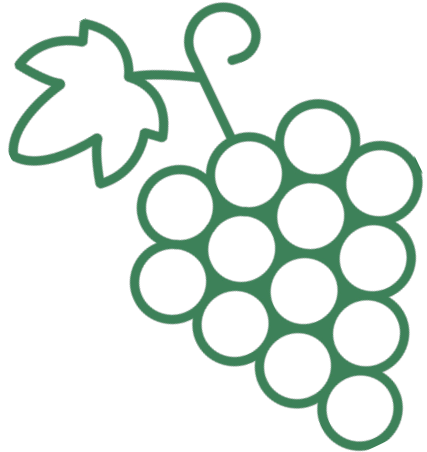
R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free



VINHOS



Vinho Tinto

Vinho a copo <i>Selecionado</i>		2.50€
Vinho a copo <i>Biológico</i>	B	3.50€
<i>DOURO</i>		
Quinta do Romeu	B	15.00€
Maritávora	B	16.00€
<i>BEIRAS</i>		
Quinta da Caldeirinha	B	16.00€
Duckman		17.00€
<i>DÃO</i>		
Opta		13.00€
Cabriz	B	13.00€
Vinha Paz		16.00€

Vinho Branco

Vinho a copo <i>Selecionado</i>		2.50€
Vinho a copo <i>Biológico</i>	B	3.50€
<i>DOURO</i>		
Maritávora	B	16.00€
<i>BEIRAS</i>		
Quinta da Caldeirinha	B	16.00€

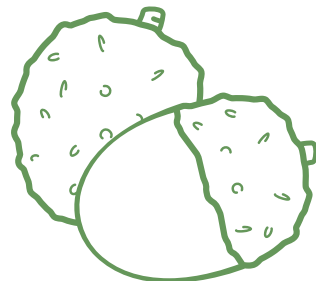
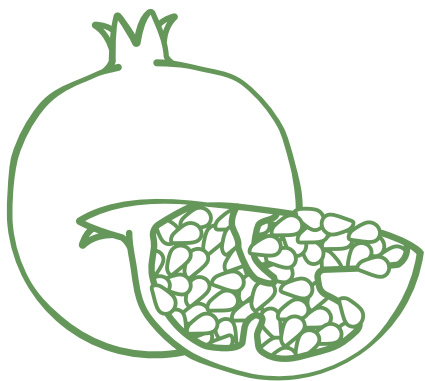
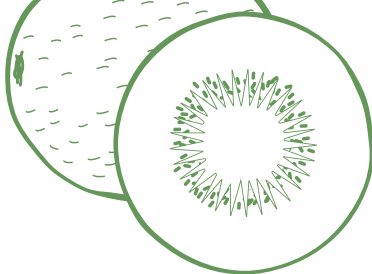
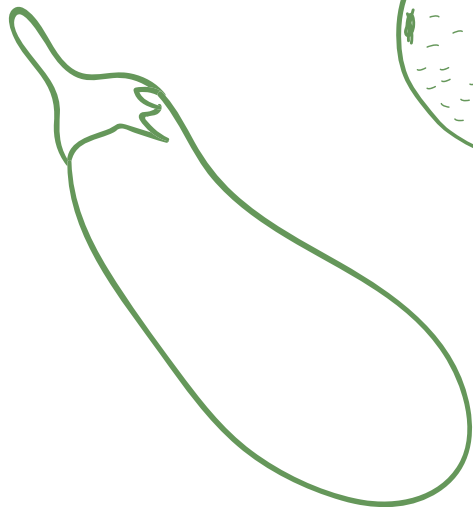
V Vegan

B Bio

R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free



<i>DÃO</i>		
Cabriz	B	13.00€
Quinta das Maias	B	15.00€
Vinha Paz		16.00€

Vinho Verde

Quinta da Aveleda 37,5cl		7.00€
Quinta da Aveleda		14.00€
Allo - Alvarinho/Loureiro		16.00€
Singular	B	16.00€

Sangria

Sangria Tinta 50cl		8.00€
Sangria Tinta 1l		14.00€
Sangria Branca 50cl		8.00€
Sangria Branca 1l		14.00€
Sangria Champagne com Frutos Vermelhos 1l		17.00€
Sangria Copo		2.85€

Espumante

Opta Brut	V	16.00€
-----------	---	--------

V Vegan

B Bio

R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free



***OUTRAS
BEBIDAS***



Água

Água mineral 37,5cl		1.75€
Água mineral 75cl		2.75€
Água das Pedras 25cl		1.80€
Água das Pedras 75cl		2.95€

Refrigerantes

Club-Mate 33cl	V	2.45€
Cola-Mate 33cl	V	2.45€
Kombucha gengibre e hibiscus; limão e hortelã 25cl	V	3.50€

Cervejas

Super Bock 33cl	V	1.95€
Super Bock 33cl s/ álcool	V	2.10€
Super Bock 33cl preta/abadia	V	2.00€
Super Bock 33cl preta s/ álcool	V	2.10€
Super Bock 33cl s/ gluten	V	2.45€

Cerveja Orgânica

Samuel Smith 35cl pale ale	B V	4.10€
Samuel Smith 35cl brewed lager	B V	3.95€

V Vegan

B Bio

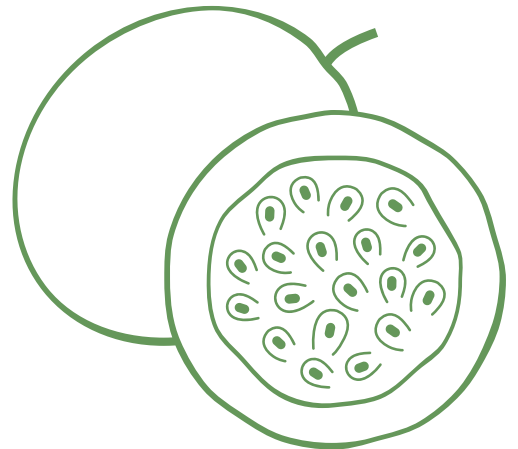
R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free



CAFÉ & CHÁ



Cafetaria

Café biológico	B V	1.00€
Descafeinado	V	1.00€
Café americano	B V	1.75€
Café de cereais	B V	0.90€
Meia de leite <i>Bebida de soja</i>	V	1.95€
Cappuccino	V	2.50€
Chocolate quente	V	2.50€
Chá do Dia (25cl) <i>Almoço de segunda a sexta, exceto feriados</i>	V	1.65€

Chás Camélia

Uma marca portuguesa com chás de alta qualidade.

Mizudashi <i>Chá frio</i>	B V	2.85€
Chá príncipe <i>Chá com toque português</i>	B V	2.85€
Chá de jasmim <i>Chá floral</i>	B V	2.85€
Assam first flush <i>Chá preto premium</i>	B V	2.85€
Chá rooibos	B V	2.85€
Tisana sabores da terra	B V	2.85€
Tisana spicy ginger	B V	2.85€

V Vegan

B Bio

R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free

ALERGÉNIOS

Se é alérgico a algum dos produtos a seguir indicados por favor contacte os nossos colaboradores.

Cereais que contêm glúten, Crustáceos, Ovos, Peixes, Amendoins, Soja, Leite (incluindo lactose), Frutos de casca rija, Aipo, Mostarda, Sementes de sésamo, Dióxido de enxofre e sulfitos, Tremoço, Moluscos.

Lembramos que os nossos produtos são preparados em ambientes que não são totalmente livres de alergénios, pelo que há sempre um risco potencial de contaminação cruzada.

Regulamento (UE) nº 1169/2011 de 25 de Outubro

IVA incluído à taxa legal.

Nenhum prato, produto alimentar ou bebida, incluindo o couvert, pode ser cobrado se não for solicitado pelo cliente ou por este for inutilizado, conforme Decreto-lei 10/2015.

Em vigor desde Maio de 2022.



 daTerraVegetariano  daterra_vegetariano