



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

V B R A G

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 15h30.

9.50€

Buffet

V B R A G

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

Todos os dias ao jantar das 19h às 23h, fim de semana e feriados
ao almoço das 12h às 15:30h.

11.50€

Buffet kids Até aos 10 anos.

5.50€

Os valores apresentados são por pessoa.

V Vegan

B Bio

R Raw

A Sugar Free

G 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	5.⁰⁰€
Box média	7.⁰⁰€
Sopa 100% sabor, 0% batata	2.²⁰€

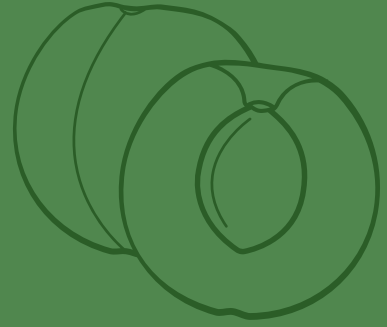
As nossas embalagens são amigas do ambiente, compostáveis e biodegradáveis. As matérias-primas utilizadas são 100% provenientes de plantas e contribuem para a redução das emissões de CO2.

Cartão Cliente

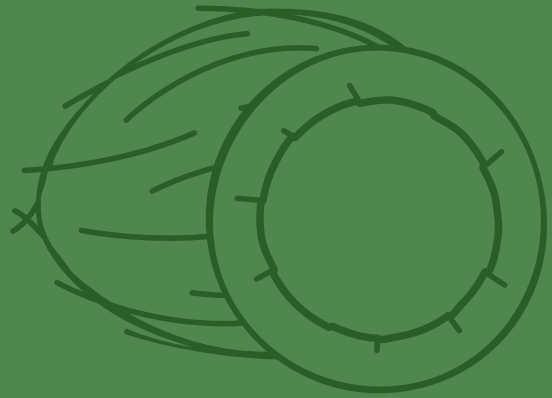
Se é cliente frequente, peça já o seu.	70.⁰⁰€
---	--------------------------

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.

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 açaí	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 coco	V	3,50€
Tarte de lima	V	3,75€
Rolo de chocolate glúten & sugar free	A G V	3,50€
Tartelete de avelã e chocolate	A G V	3,50€

E ainda...

Quadrados de arroz tufado	G V	2,00€
Trufas	G V	1,00€
Brownies	G V	2,00€
Pastel de nata	V	1,50€

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	2,75€
Anamenta Ananás, maçã, menta (33cl)	A	2,75€
Mação Maçã, frutos silvestres, limão (33cl)	A	2,75€
Macibre Maçã, canela, gengibre (33cl)	A	2,75€
Maçaba Maçã, beterraba (33cl)	A	2,75€
Nutri frutti Papaia, banana, laranja (33cl)	A	2,75€
Limonada (33cl)	A	1,85€
Sumo de laranja (33cl)	A	2,75€
Sumo do dia (25cl) Almoço de segunda a sexta, exceto feriados	A	1,65€

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 veggie Vegetais verdes da época, maçã, limão, pepino (33cl)	A	3,00€
Electro berry Morangos, bagas, maçã, limão, gengibre (33cl)	A	3,00€
Orange julius Laranja, bebida de soja, baunilha, geleia de milho (33cl)		3,00€

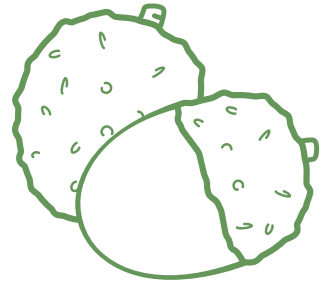
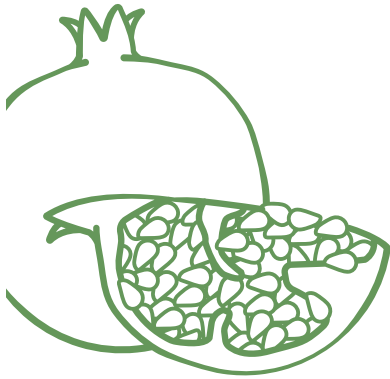
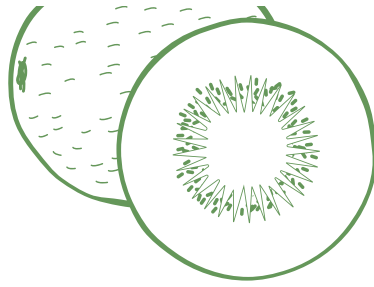
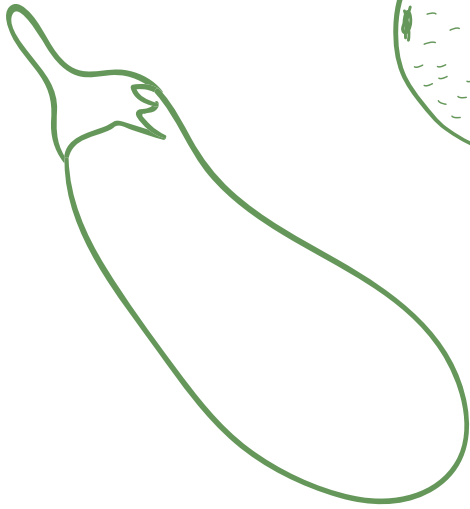
V Vegan

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	3,00€
Skin lotion Pepino, lima, espinafres, menta (33cl)	A	3,00€
Cur'a alma Beterraba, laranja, cenoura (33cl)	A	3,00€
Green clean Papaia, maçã, açafraão, espinafres, gengibre, limão (33cl)	A	3,00€
Detox on the rocks Maçã, cenoura, couve, clorela (33cl)	A	3,00€
Detox (also) on the rocks Maçã, cenoura, erva trigo (33cl)	A	3,00€

Smoothies

Misture os superalimentos e surpreenda o seu corpo.

Mix berry mix Mix de bagas, banana, bebida de soja, geleia de milho (33cl)		3,50€
Choc ana Cacau, banana, bebida de soja, sementes linhaça/chia (33cl)		3,50€
Choc sahara Cacau, abacate, bebida de soja, tâmaras (33cl)		3,50€
Super smoothie Maca em pó, pólen, cacau, óleo de coco, banana, bebida de soja, geleia de milho (33cl)		3,50€

Kids

Tutti frutti Laranja, manga, maçã (25 cl)	A	2,50€
Draga bagas Maçã, frutos vermelhos (25cl)	A	2,50€
Banana men Banana, bebida de soja, cacau (25cl)		2,50€
Canja maranja Laranja, cenoura (25cl)	A	2,50€

V Vegan

B Bio

R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free



VINHOS



Vinho Tinto

Vinho a copo <i>Selecionado</i>		2.20€
<i>DOURO</i>		
Altano	B V	14.00€
Quinta do Romeu	B V	14.00€
Lacrau	B V	16.50€
<i>BEIRAS</i>		
Quinta do Cardo	B V	14.00€
Quinta da Caldeirinha	B V	15.00€
<i>DÃO</i>		
Cabriz	B V	13.00€
Vinha Paz	V	15.00€
Quinta das Maias	B V	15.00€
<i>LISBOA</i>		
Humus	B V	15.00€

Vinho Branco

Vinho a copo <i>Selecionado</i>		2.20€
<i>DOURO</i>		
Quinta do Romeu	B V	14.00€
<i>BEIRAS</i>		
Quinta do Cardo	B V	14.00€
Quinta da Caldeirinha	B V	15.00€

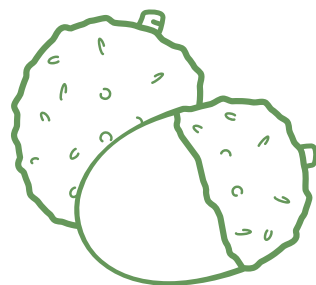
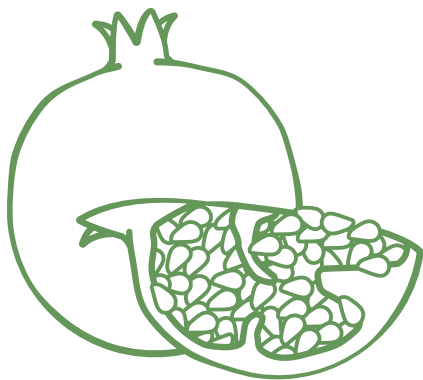
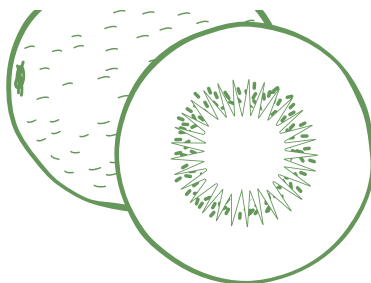
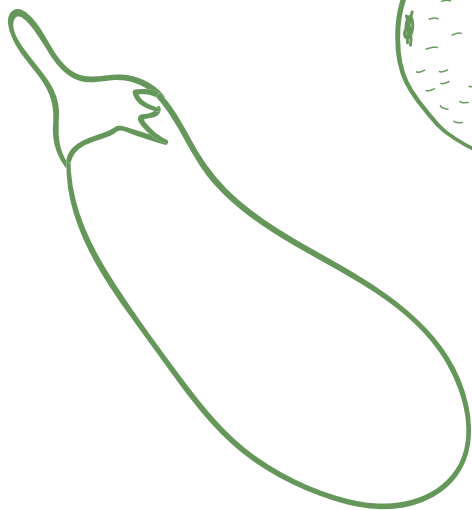
V Vegan

B Bio

R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free



<i>DÃO</i>		
Cabriz	B V	13,00€
Vinha Paz	V	14,00€
Quinta das Maias	B V	15,00€
<i>LISBOA</i>		
Humus	B V	15,00€

Vinho Verde

Quinta da Aveleda 37,5cl		6,00€
Quinta da Aveleda		11,00€
Allo - Alvarinho/Loureiro	V	13,00€

Sangria

Sangria Tinta 50cl	V	8,00€
Sangria Tinta 1l	V	14,00€
Sangria Branca 50cl	V	8,00€
Sangria Branca 1l	V	14,00€
Sangria Champagne com Frutos Vermelhos 1l	V	15,00€

Espumante

Filipa Pato Branco	V	16,00€
--------------------	----------	---------------

V Vegan

B Bio

R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free

OUTRAS BEBIDAS



Água

Água mineral 37,5cl		1.15€
Água mineral 75cl		2.50€
Água das Pedras 25cl		1.65€
Água c/ gás 75cl		2.95€

Refrigerantes

Club-Mate 33cl	V	2.10€
Cola-Mate 33cl	V	2.10€

Cervejas

Super Bock 33cl	V	1.85€
Super Bock 33cl s/ álcool	V	1.95€
Super Bock 33cl preta/abadia	V	1.95€
Super Bock 33cl preta s/ álcool	V	1.95€

Cerveja Orgânica

Samuel Smith 55cl pale ale	B V	5.55€
Samuel Smith 35cl brewed lager	B V	3.95€
Samuel Smith 55cl wheat beer	B V	5.55€

V Vegan

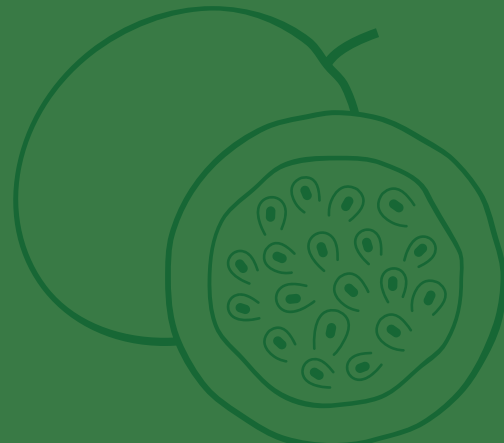
B Bio

R Raw

A Sugar Free

G Gluten Free

***CAFÉ
& CHÁ***



Cafetaria

Café biológico	B V	0,95€
Descafeinado	V	0,90€
Café abatanado	B V	1,00€
Café de cereais	B V	0,80€
Meia de leite <i>Bebida de soja</i>	V	1,75€
Cappuccino	V	2,00€
Chocolate quente	V	2,50€

Chás Camélia

Uma marca portuguesa com chás de alta qualidade.

Mizudashi <i>Chá frio</i>	B V	2,50€
Chá branco <i>Chá detox</i>	B V	2,50€
Sencha c/ matcha <i>Chá digestivo</i>	B V	2,50€
Bancha <i>Um chá para qualquer momento do dia</i>	B V	2,50€
Houjicha <i>Chá ligeiramente tostado</i>	B V	2,50€
Chá príncipe <i>Chá com toque português</i>	B V	2,50€
Chá de jasmim <i>Chá floral</i>	B V	2,50€
Assam first flush <i>Chá preto premium</i>	B V	2,50€
Chá rooibos	B V	2,50€
Tisana sabores da terra	B V	2,50€
Tisana spicy ginger	B V	2,50€

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.

1. Cereais que contêm glúten (nomeadamente trigo, centeio, cevada, aveia, espelta, kamut ou as suas estirpes híbridas) e produtos à base destes cereais;

2. Amendoins e produtos à base de amendoins;

3. Soja e produtos à base de soja, excetuando: leite e produtos à base de leite (incluindo lactose), excetuando: frutos de casca rija, nomeadamente, amêndoas, avelãs, nozes, castanhas de caju, nozes, castanhas do Brasil, pistácios, nozes de macadâmia;

4. Aipo e produtos à base de aipo;

5. Mostarda e produtos à base de mostarda;

6. Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo;

7. Dióxido de enxofre e sulfitos;


8. Tremoço e produtos à base de tremoço.

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.



 daTerraVegetariano  daterra_vegetariano