



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 15h.

8.50€

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.

De segunda a quinta-feira ao jantar, das 19h30 às 23h.

10.90€

Buffet kids Até aos 10 anos.

5.50€

Buffet Especial

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.

Do jantar de sexta-feira ao almoço de domingo, feriados e vésperas de feriados.

11.95€

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

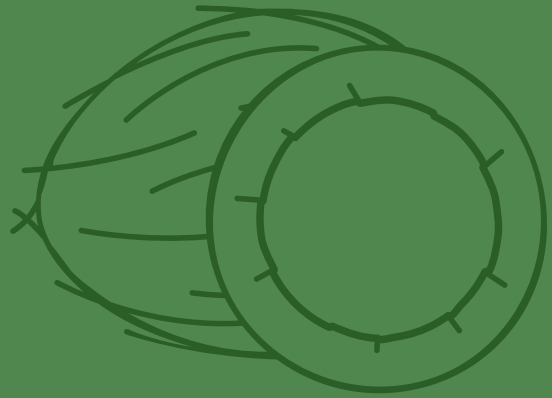
| | |
|---|--------------------------|
| Se é cliente frequente, peça já o seu. | 70.⁰⁰€ |
|---|--------------------------|

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€ |

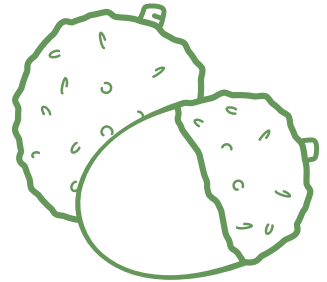
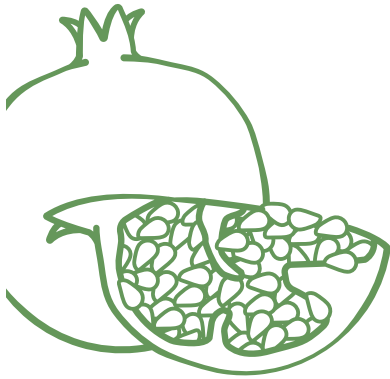
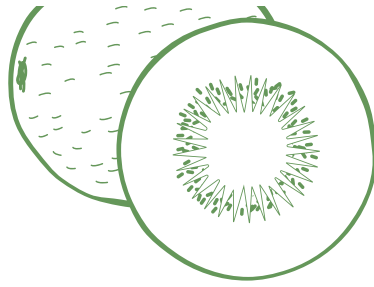
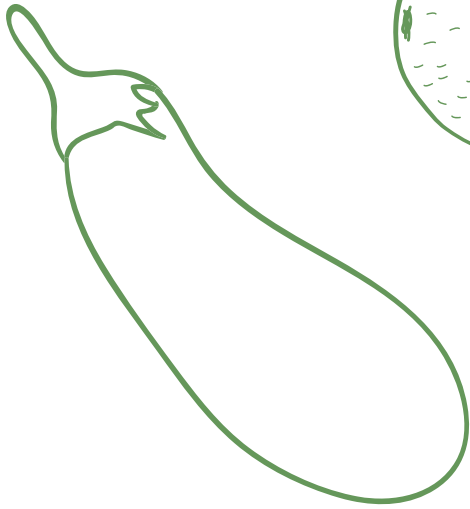
V Vegan

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, açafreão, 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€ |

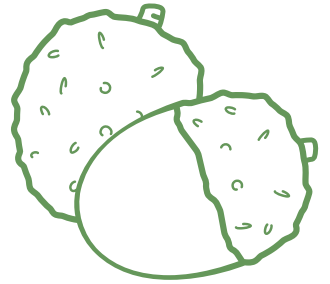
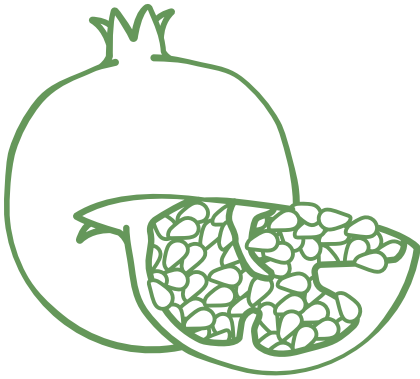
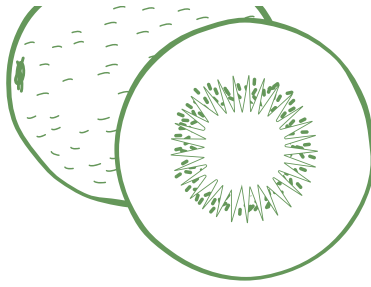
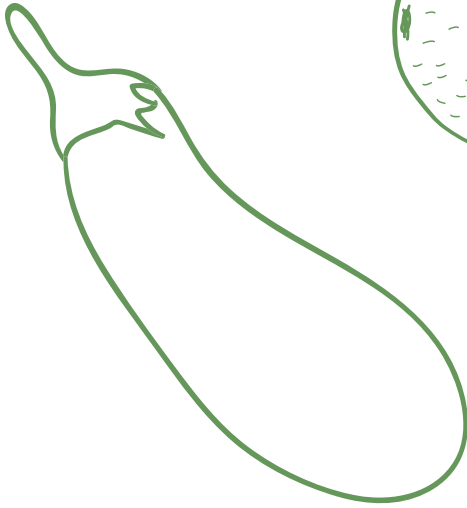
V Vegan

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 36cl | | 1.15€ |
| Água mineral 70cl | | 1.90€ |
| Água das Pedras 25cl | | 1.65€ |

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

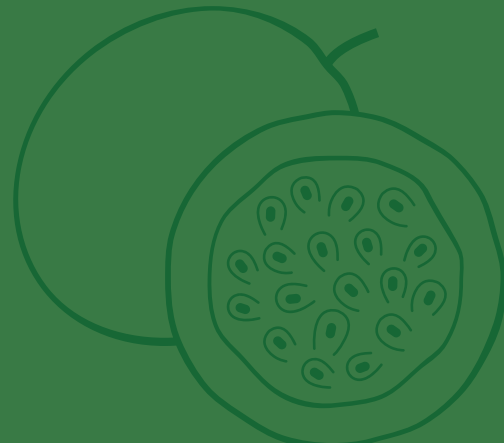
B Bio

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.

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 alérgenos, 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 Agosto de 2019.



 daTerraVegetariano  daterra_vegetariano