PREMIUM

Menu PREMIUM (2pax) 2 Panquecas c/ creme 1 Torrada mix c/ compota Mix de enchidos, queijos e frutos secos	20€

PASSOS A SEGUIR

Escolha nas seguintes opções:

1- Escolha 2 bebidas

Sumo natural (laranja ou do dia), Chocolate quente, Capuccino, 1/2 de leite

2- Escolha 2 Acompanhamentos

Cogumelos salteados, Legumes salteados, Ovos mexidos c/ bacon, Gambas salteadas, Queijo gratinado c/ mel e nozes

EXCELENTE PARA GRUPOS

Deixe as opções dos seus menus premium à nossa descrição e partilhem de uma refeição visualmente incrível e diversificada c/ o seu grupo

Explosive Pancakes Queijo cheeder, ovo escalfado, cogumelos e bacon salteado	7.5€

MENU BRUNCH

Inverno Torrada, bebida quente (cevada, meia de leite, café ou carioca de limão) e iogurte	3.3€
Primavera Pão (torrado) c/ compota ou manteiga, fruta mix laminada e mini sumo natural (laranja ou do dia)	3.8€
Vital Torrada, mini sumo natural (laranja ou do dia), bebida quente (cevada, meia de leite, café ou carioca de limão)	3.9€
Flower Eat Torrada, mini sumo natural (laranja ou do dia) e iogurte	4.5€

TOSTAS BRUNCH

Tosta Benedict do mar Pasta de abacate, camarão salteado, ovos escalfados, pepino, rabanetes e molho holandês (cebolinho)	9€
Tosta Mediterrânea Azeite de rúcula, queijo, Frango, molho agridoce, tomate cherry e rúcula (manjericão, sementes e nozes)	6€
Tosta eggs Ovos mexidos, bacon, tomate cherry e azeitona (cebolinho, orégãos e sementes)	6€
Tosta chicken crispy Queijo cheddar, frango crocante, rúcula, tomate cherry e molho agridoce (sementes e nozes)	6€
Tosta Abacate Pasta de abacate, ovos escalfados, rúcula, tomate cherry e creme balsâmico (sementes, nozes e cebolinho)	6€
Tosta Guilty Fiambre, queijo, alface, tomate, ovo e molho cocktail (orégãos)	6€

TOSTAS & TORRADAS

TOSTAS

Tosta em pão de forma

Queijo ou fiambre	2.5€
Mista	2.8€

Tosta em pão especial

(Chapata / Cereais / Centeio Alemão com Amêndoa / Noz)

Queijo ou fiambre	2.8€
Mista	3.5€

TORRADAS

Chapata	1.2€
Cereais	1.2€
Noz	1.2€
Centeio alemão com amêndoa	1.2€
Forma	1.2€
1/2 Forma	0.7€

NOTA

Acompanhadas com saboroso doce de chocolate ou compota de fruta.

PANQUECAS

Simples Panquecas e topping	3.5€
C/ bola de gelado e topping	5€
Torre de Panquecas Panquecas, 2 frutas e topping	4.5€
Menu Panquecas Panquecas, iogurte, mini sumo natural (laranja ou do dia) 2 frutas e topping	6€

PASSOS A SEGUIR

Escolha nas seguintes opções:

1- Escolha a Massa

Simples, Aveia, Aveia e Cacau

2- Escolha a Fruta

Sob consulta

3- Escolha Topping ou Creme

Topping: Chocolate, Morango
Creme: Chocolate branco, Kinder bueno, Ferrero, Nutella, Rafaello I Oreo, M&MS
Preço do creme: 1€ / Cada

4- Escolha o gelado

Morango ,Baunilha, Stracciatella, Chocolate

ACOMPANHAMENTO

Oreo, drangeias de chocolate, escamas de chocolate, açúcar ou chantilly

NOTA

Na escolha do topping pode optar por um topping healthy: mel I manteiga de amendoim I chocolate 0% ou frutos vermelhos 0%

HEALTHY

Papas de aveia	5.5€
Tosta healthy Manteiga de amendoim, sementes e banana	3.5€
Iogurte Iogurte grego, granola, 2 frutas e escamas de chocolate negro	4.5€
Taça c/fruta e topping	4.5€

SMOTHIE BOWLS

Sweet Banana, morangos, bebida vegetal e sementes	6€
Nature Banana, manteiga de amendoim, cacau, bebida vegetal, sementes e lascas de chocolate negro	6€
Açaí Banana, açaí, frutos vermelhos, bebida vegetal e sementes	7€

CREPES & WAFFLES

Simples com topping (Açucar e canela)	3.5€
C/ bola de gelado e topping	5€
C/ Fruta e topping	4.5€
Especial Flower Fruta, bola de gelado, chocolate (ex. kinder bueno) e creme à escolha	6.5€

PASSOS A SEGUIR

Escolha nas seguintes opções:

1- Escolha a Fruta
Sob consulta

3- Escolha Topping ou Creme
Topping: Chocolate, Morango
Creme: Chocolate branco, Kinder bueno, Ferrero, Nutella, Rafaello I Oreo, M&MS
Preço do creme: 1€ / Cada

3- Escolha o gelado
Morango ,Baunilha, Stracciatella, Chocolate

ACOMPANHAMENTO

Oreo, drangeias de chocolate, escamas de chocolate, açúcar ou chantilly

NOTA

Na escolha do topping pode optar por um topping healthy: mel I manteiga de amendoim I chocolate 0% ou frutos vermelhos 0%

PADARIA & PASTELARIA

PADARIA

Pao Tradicional

C/ manteiga | compota, chocolate	0.4€
C/ manteiga de amendoim	0.5€
C/ fiambre ou queijo	1.5€
Misto	1.8€

Pão Cereais / Alfarroba / Pão D'avó / Cacete

C/ manteiga | compota, chocolate	0.6€
C/ manteiga de amendoim	0.7€
C/ fiambre ou queijo	1.6€
Misto	1.9€

PASTELARIA

Bolo	0.75€
Croissant c/ manteiga ou chocolate	1€
Croissant c/ queijo ou fiambre	1.5€
Croissant misto	1.8€

PARA PARTILHAR

Couvert	3,5€
Pão de alho em bolo do caco c/ mozzarella e bacon	4€
Gambas ao alho ▯	9€
Queijo gratinado c/mel e nozes	6€
Picadinho	8€
Nuggets (opção tradicional ou vegan)	4.5€
Ovos rotos c/ alheira (opção tradicional ou vegan)	8€
Baby Burguers	8€
Cogumelo recheado	5€

PARA ACOMPANHAR

Batata Frita Caseira	1.5€
Batata Rústica	2.5€
Mini Salada	5€
Feijão Preto	4€
Cogumelos Salteados	4€
Legumes Salteados	4€
Migas	3.5€

PRATOS ALMOÇO

CARNES

T-BONE (2pax)	55€
Tomahawk (2pax)	55€
Picanha Angus ▯ (2pax)	35€
Naco na Pedra (2pax)	32€
Naco na Pedra (1 pax)	17€
Bife de Alcatra (2pax)	9.5€
Prego no Pão Fiambre, queijo, bife coração de alcatra (Molho cocktail)	4€

HAMBÚRGUERES

Hambúrguer Premium Maturado ▯ (aprox. 200gr) Hambúrguer de carne maturada a 30 dias, cebola, cogumelos e 3 pimentos, tomate cherry salteados, queijo camembert, abacaxi grelhado (maionese de alho)	14€

Hambúrguer Cheese (aprox. 200gr) Hambúrguer 100% coração de alcatra, 3 queijos [queijo de vaca, mozzarella, cheddar], alface, couve roxa e bacon (Ketchup e mostarda)	6€
Hambúrguer Especial (aprox. 200gr) Hambúrguer 100% coração de alcatra, cebola caramelizada, queijo cheddar, bacon, alface, tomate, ovo e molho especial	6€
Hambúrguer de Batata e Legumes ▯ Azeite de rúcula, abacaxi, cebola caramelizada, tomate cherry, rabanete e rúcula	6.5€
Hambúrguer no Bife ▯ Azeite de rúcula, abacaxi, cebola caramelizada, tomate cherry, rabanete e rúcula	6.5€
Hambúrguer no Chicken ▯ Azeite de rúcula, abacaxi, cebola caramelizada, tomate cherry, rabanete e rúcula	6.5€

FRANCESINHA & CACHORRO

Francesinha no Pão Fiambre, queijo, chourição, molho especial	4€
Francesinha Especial Fiambre, queijo, chourição, toscana, bife coração de alcatra, molho especial e ovo	8€
Cachorro Fiambre, queijo, chourição, molho especial	5€

SALMÃO / SALADAS

Salmão ▯ Lombo de salmão grelhado em cama de legumes e cogumelos salteados	15€
Salada ▯ (surpreenda-se ou alerte para algo que não queira incluir no seu prato)	6€

Adicione

Ovo Escalfado	1.5€
Frango Crocante Vegan	2.5€
Frango	2.5€
Cogumelos Salteados	4€
Gambas Salteadas	5€

MOLHOS: molho de iogurte, cocktail, ou creme balsâmico

SOBREMESA & GELATARIA

SOBREMESA

Cheesecake (Sabores sob consulta)	4€
Semifrio de bolacha	4€
Magnum crocante c/ calda de frutos vermelhos Chocolate negro / chocolate de leite	4.5€
Tarteletes (Sabores sob consulta)	4.5€
Petit gâteau c/ bola de gelado	4.5€
Banana Split Banana, 2 bolas de gelado, chantilly e topping	4€
Affogato	4€
Brazen brownie Brownie chocolate, sorvete de limão e chocolate quente	5.5€
Kiss me (2 Pax) 2 mini magnum, nutella, morangos e chantilly	8€
Tasting Flower Eat Partilha surpreendente de sobremesas	25€

GELATARIA

TAÇA FLOWER
Gelado, fruta, creme e chocolate

1 Bola	4€
2 Bolas	4.5€
3 Bolas	5.5€

PASSOS A SEGUIR
Escolha nas seguintes opções:

1- Escolha o Gelado
Morango, Baunilha, Stracciatella, Chocolate

2- Escolha a Fruta
Sob consulta

ACOMPANHAMENTO
Oreo, dragelas de chocolate, escamas de chocolate, açúcar ou chantilly

TAÇA SIMPLES C/TOPPING
Gelado, fruta, creme e chocolate

1 Bola	3€
2 Bola	4€
3 Bola	5€

NOTA
Com acompanhamento de creme à escolha ou fruta, acresce 1.00€

CRIANÇAS

Menu criança (refeição) Nuggets ou salsichas c/ batata frita	6€
Power kids (panquecas) 2 panquecas, morangos, mini sumo natural (laranja ou do dia), nutella e pintarolas/pipocas **ACOMPANHAMENTO:** Oreo, drangeias de chocolate, escamas de chocolate, açúcar ou chantilly	5.5€

Se tem alguma intolerância alimentar ou alergia, por favor informe o nosso staff.
Em qualquer produto poderá alterar leite por bebida vegetal (+0,50€)
Todos os preços são apresentados com iva incluído à taxa legal em vigor.

ÁGUAS & SUMOS

Limonada	2€
Água (0.50cl)	0,7€
Água c/gás | Pneu	1€
Pleno	1.3€
Águas com sabores	1.3€
Ginger ale	1.3€
Água tónica	1.2€
Compal	1.3€
Capri-Sun	1.3€
Sumol / Ice Tea	1.3€
Refrigerantes Sprite / Fanta / Cola	1.5€

SUMOS NATURAIS

Laranja	2.3€
Sumo do dia	2.3€
Original mix	2.5€

SUGESTÕES MIX

- Abacaxi e maçã
- Abacaxi e morango
- Laranja e cenoura
- Kiwi e laranja
- Kiwi e melão
- Melão e melancia
- Laranja e abacaxi
- Laranja e morango
- Laranja e maçã

CERVEJAS

1927	2.5€
Stout	1.4€
Príncipe (0.35L)	2€
Fino c/ groselha (0.35L)	2€
Panaché (0.35L)	2€
Caneca de Cerveja (0.50L)	2.5€
S/ Álcool	1.4€
Martini c/ Fino	1.3€
Favaios c/ Fino	1.3€
Somersby	2.5€
Artesanal Flower Eat	4€

COCKTAILS

Sexy Lover (opção c/ e s/ álcool)	6€
Porto tónico Graham’s	6€
Hugo Spritz	6€
Crazy Orange	6€
Aperol Spritz	6€
Exotic Mind	6€
Mimosa	6€
Mango Loco	6€
Caipirinha	6€
Sweet Ginger (s/ álcool)	6€
Bubbles Bianco	3.5€
Kir Royale	3€
Per Se	3€

SANGRIA

Espumante (3l)	34€
Espumante (1.5l)	18€
Espumante (0.75l)	10€

VINHOS | CHAMPANHE | ESPUMANTE

Sob consulta, junto do nosso staff, com acompanhamento personalizado ao nosso menu físico

DIGESTIVOS

Macieira	1.5€
Amêndoa Amarga	2.5€
Licor Beirão	2.5€
Cuba	2.5€
C.R.F	3€
Bailey's	4€
Whisky JB	4€
Whisky JB 15	5€
Whisky Jack Daniel's	5€
Whisky Old Parr 12	6€
Whisky Monkey	6€

GIN'S

Pink	6€
Bulldog	6€
Hendricks	7€
Nordés	7€
Le Tribute	8€
Monkey	10€
London n1	10€
London n3	10€
AlKemist	10€

Adicione a sua água tónica premium ao gin
Le Tribute 2.00€

MILKSHAKES

Oreo	6€
Morango	6€
Kit-kat	6€

CAFETARIA

Café	0.7€
Descafeinado	0.7€
Café grande	0.8€

Café duplo	1.4€
Carioca de café	0.5€
Cevada	0.7€
Cevada dupla	0.8€
Carioca de limão	0.7€
Carioca de limão duplo	1€
Pingo	0.75€
Meia de leite	0.8€
Leite achocolatado	0.8€
Leite c/Nesquik	0.8€

CHOCOLATE / CAPPUCCINO

Chocolate

Chocolate Quente	3€

Cappuccino

Clássico	2.5€
Oreo	3.5€
Caramelo	3.5€
Kinder Bueno	3.5€
Nutella	3.5€

ACOMPANHAMENTO: Oreo, drangeias de chocolate, escamas de chocolate, açúcar ou chantilly

CHÁS

(INFUSÕES DE CHÁS QUENTES)

1€

Romã Cereja Anis
Pedaços de maçã, casca de laranja, flores de hibisco, folhas de amora, amêndoas, cenoura, estrela de anis, canela, aromatizante, flores de prata linden, fatias de cereja liofilizados, romã, pétalas de rosa

Ananás Aloé Vera
Pedaços de maçã, urtiga e morango folhas picadas, cubos de abacaxi, capim-limão, banana liofilizado peças, flores de hibisco, cubos de papaia, pétalas de rosa, camomila romana, flores de malva.

Gojiberry
Pedaços de maçã, gojiberries, amoras liofilizados e pedaços de maçã, aromatizantes, morango liofilizado.

Camomila Orgânico
Anis, flores de camomila, flores prudentes. De cultivo orgânico.

Frutos Vermelhos
Pedaços de maçã, sabugueiro, pedaços de beterraba, flores de hibisco, sabor folhas de morango, pedaços de morango, pedaços de ruibarbo, vermelhas e groselhas, amoras, framboesas.

Jasmim
Chá verde do Japão com jasmim

Laranja Toranja
Pedaços de maçã, flocos de cenoura, amora e folhas de eucalipto, pedaços de beterraba, flores de hibisco, capim-limão, aromatizante, peças de tangerina liofilizados, fatias de laranja

Eucalipto Morango Bergamota
Pedaços de maçã, gojiberries, folhas de amora e urtiga, flocos de cenoura, cascas de laranja, folhas de morango servagens, capim-limão, folhas de eucalipto, raiz de beterraba, aroma natural de bergamota com outros sabores naturais, aroma natural, flores de centáurea, flores de calêndula pimenta rosa.

Yoga Tea Ayurveda
Canela, gengibre, folhas de urtiga, cravo, folhas de aroma doce, sementes de cardamomo, pimenta branca.

Cidreira Orgânico
Erva de cidreira de cultivo orgânico.

Verde
Chá verde Sencha do Japão

Preto
Chá preto Ceylon Sul da India

Se tem alguma intolerância alimentar ou alergia, por favor informe o nosso staff.

Em qualquer produto poderá alterar leite por bebida vegetal (+0,50€)

Todos os preços são apresentados com iva incluído à taxa legal em vigor.