

# bom dia!

## PASTELARIA

Variedade de pão e pastelaria confeccionado diariamente 1,00€

## SELEÇÃO DOCE

### RABANADAS

Rabanadas de brioche servidas com xarope de ácer, natas batidas, canela e açúcar em pó 5,25€

### PANQUECAS

Panquecas servidas com xarope de ácer, frutos vermelhos e escolha de açúcar em pó ou natas batidas 6,00€

### IOGURTE

Iogurte grego servido com granola, frutos vermelhos e banana 5,35€

### FRUTA

Prato de fruta da época laminada 6,75€

## SELEÇÃO DE OVOS

### PEQUENO-ALMOÇO INGLÊS TRADICIONAL

Ovos estrelados, feijões com tomate, salsicha Cumberland, bacon grelhado, tomate assado e cogumelos salteados 9,50€

### FRITADA DE ESPARGOS

Fritada, servida com espargos, queijo creme, hortelã e agrião 5,60€

### AMANTES DE SALMÃO

Fritada de ervas e parmesão, servida com salmão fumado, abacate, queijo fresco e rúcula 8,20€

### PRESUNTO SERRANO RÚSTICO

Ovos estrelados, espargos e tomate cherry salteados, presunto serrano, agrião e lascas de parmesão 8,50€

### OVOS FLORENTINA

Ovos escalfados com molho Holandês, salada de espinafres, nozes, tomate cherry, maçã verde e tosta de pão integral 7,20€

### OVOS ASSADOS

Ovos assados com espinafres, queijo feta, tomate cherry e cebolinho 5,35€

\* Todos os pratos servidos com pão ou torrada à escolha

## OMELETES

Queijo, fiambre, ou cogumelos com tosta 6,30€

Condimento extra: queijo, fiambre, cogumelos, pimentos ou cebola 1,00€

## ACOMPANHAMENTOS

Bacon grelhado 1,20€

Salsicha Cumberland 1,20€

Cogumelos salteados 1,50€

Abacate 1,00€

Ovo escalfado, mexido ou estrelado 1,50€

Salmão fumado 5,00€

## SMOOTHIES

### GOJI & ABACATE

Goji, abacate e água de coco 3,95€

### CHÁ VERDE

Chá verde, sumo de limão, kiwi, gengibre e sementes de chia 3,95€

### PAPAIA

Papaia, sumo de laranja, mel e leite de amêndoa 3,95€

### AÇAÍ

Açaí, leite de arroz, banana e morangos 3,95€

### MANGA & ABACATE

Manga, abacate, sumo de manga, iogurte, limão e mel 3,95€

### MIRTILO & MANGA

Manga, mirtilo, mel e sumo de laranja natural 3,95€

## BATIDOS

### CHOCOLATE

Cacau, banana, manteiga de amendoim, baunilha, canela, mel e leite 3,50€

### MORANGO & BANANA

Morango, banana, aveia e leite 3,50€

### PÊSSEGO & MANGA

Pêssego, manga, iogurte e leite 3,50€

## LEITE DE COCO

Leite de coco, amêndoas, abacate e canela 3,50€

## NUTRITIVO

Leite, gema de ovo, banana, café, bolachas e canela 4,00€

## PAPAIA & GENGIBRE

Papaia, iogurte, gengibre, hortelã e sumo de laranja natural 4,00€

## SUMOS NATURAIS

Opções: laranja, maçã, cenoura, cenoura e beterraba, melão ou fruta da época 4,00€

## BEBIDAS QUENTES

Expresso 1,50€

Descafeinado 1,60€

Café Duplo 2,20€

Cappuccino 2,50€

Chocolate quente 2,50€

Galão 2,50€

Chá 2,00€

Café Preto 2,00€

FOUR SEASONS  
*fairways*  
QUINTA DO LAGO

Aldeamento Turístico  
Four Seasons Fairways ★★ ★★

IVA Incluído.  
Lista de Alergénios e Intolerâncias Alimentares disponível a pedido