

fresh Mix

MENU



Sandes / Sandwiches



S-1 Presunto-Queijo-Tomate-Alface
Smoked Ham-Cheese-Tomato-Lettuce

5 €



S-2 Queijo e Fiambre
Cheese-Ham

2.90 €



S-3 Queijo-Frango-Tomate-alface-Maionese
Cheese-Chicken-Tomato-Lettuce-Mayonnaise

6 €



S-4 Salmão-Queijo Creme, Alface
Smoked Salmon-Cheese Cream-Lettuce

6 €



S-5 Atum-Maionese-Alface
Tuna-Mayonnaise-Lettuce

5 €



S-6 Ovo Mexido-Queijo-Alface
Scrambled Egg-Cheese-Lettuce

5 €



Tostas / Toast

T-10 Abacate-Ovo-Pimenta Rosa
Avocado-Egg-Pink Pepper

6 €



T-11 Queijo Fresco-Noz-Tomate Cherry-Mangericão
Fresh Cheese-Nuts-Cherry Tomato-Basil

5 €



T-12 Abacate-Tomate-Pepino-Pimenta Rosa
Avocado-Tomato-Cucumber-Red Pepper

6 €



T-13 Ovo Mexido-Pepino
Scrambled Eggs-Cucumber

5 €



T-14 Abacate-Salmão Fumado-Sementes de Sésamo
Avocado-Smoked Salmon-Sesame Seeds

7 €



T-15 Queijo Fresco-Rucula-Noz-Mel
Fresh Cheese-Arugula-Nuts-Honey

5 €



Queijo-Fiambre-Tomate-Oregão
Cheese-Ham-Tomato-Oregano

T-16
XXL

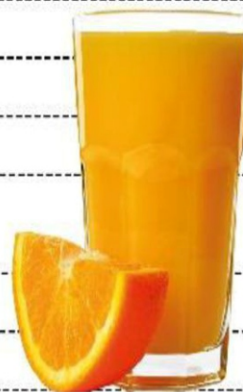
5.50 €



Sumos Naturais & Smoothies / Natural Juices



01- Laranja / Orange	3.00€
02- Melancia / Watermelon	3.20€
03 - Maçã / Apple	3.00€
04 - Limão / Lemon	3.20€
10 - Melancia, Hortelã / watermelon , Mint	3.50€
11- Laranja, Maçã, Banana, Gengibre / Orange, Apple, Banana, Ginger	3.50€
12 - Cenoura, Laranja / Carrot, Orange	3.50€
13 - Cenoura, Maçã, Limão / Carrot, Apple, Lemon	3.50€
14 - Beterraba, Cenoura, Laranja, Gengibre/ Beetroot, Carrot, Orange, Ginger	3.50€
15 - Beterraba, Maçã, Laranja / Beetroot, Apple, Orange	3.50€
16 - Pera, Banana, Laranja / Pear, Banana , Orange	3.50€
17 - Pera, Banana, Laranja, Aveia / Pear, Banana, Orange, Oats	3.50€
18 - Pêssego , Laranja, Maçã / Peach, Orange, Apple	3.50€
19 - Pêssego, Maçã , Banana / Peach , Apple , Banana	3.50€
30- Kiwi , Maçã / Kiwi, Apple	3.60€
31 - Kiwi, Laranja, Maçã / Kiwi, Orange, Apple	3.80€
32 - Pêssego, Abacaxi, Laranja / Peach, Pineapple, Orange	3.80€
33 - Abacaxi, Cenoura, Maçã, Gengibre / Pineapple, Carrot, Apple, Ginger	3.80€
34 - Abacaxi, Côco, Banana, Maçã / Pineapple, Coconut, Banana, Apple	3.80€
35 - Manga, Laranja, Maçã / Mango, Orange, Apple	4.60€
36 - Manga, Banana, Maçã / Mango, Banana, Apple	4.60€
37 - Morango, Banana, Laranja / Strawberry, Banana, Orange	3.80€
38 - Morango, Maçã , Banana / Strawberry, Apple, Banana	4.50€
39 - Framboesa, Banana, Maçã / Raspberries, Banana, Apple	4.50€
40 - Framboesa, Manga, Maçã / Raspberries, Mango, Apple	4.50€
41 - Frutos Vermelhos, Pêssego, Maçã / Red Berries, Peach, Apple	4.50€
42 - Papaia , Laranja, Banana / Papaya, Orange, Banana	4.50€
43 - Papaia, Pêssego , Maçã / Papaya, Peach, Apple	4.50€
44 - Mirtilos, Pêssego, Maçã / Blueberry, Peach, Apple	4.60€
45 - Mirtilos , Maçã, Limão / Blueberry , Apple, Lemon	4.60€
46 - Abacate , Laranja , Hortelã / Avocado, Orange, Mint	4.60€



Smoothie c iogurte / Smoothie with Yogurt

60 - Pera - C6co - Banana- iogurte / Pear - Coconut - Banana - Yogurt	3.80€
61 - P6ssego - Pera - Aveia- iogurte / Peach - Pear - Oats - Yogurt	3.80€
62 - P6ssego - Banana - Maç6 - iogurte / Peach - Banana - Apple - Yogurt	3.80€
63 - Morango - Banana - Mel - iogurte / Strawberry - Banana - Yogurt	3.90€
64 - Morango - Maç6 - Banana - iogurte / Strawberry - Apple - Banana- Yogurt	4.20€
65 - Morango - Banana - Laranja - iogurte / Strawberry - Banana - Orange - yogurt	4.20€
66 - Framboesa - P6ssego - Laranja - iogurte / Raspberry - Peach - Orange - Yogurt	4.60€
67 - Mirtilos - Maç6 - iogurte / Blueberry - Apple - Yogurt	4.80€

Smoothies Gelado iogurte / with Frozen Yogurt

70 - Banana - Muesli - Laranja - Gelado iogurte / Banana - Muesli - Orange - Frozen yogurt	5.00€
71 - P6ssego - Banana - Pera - Gelado iogurte / Peach - Banana - Pear - Frozen yogurt	5.00€
72 - Morango - Pera - Laranja -Gelado iogurte / Strawberry - Pear - Orange - Frozen yogurt	5.80€
73 - Papaia - Pera - Abacaxi - Gelado iogurte /Papaia - Pear - Pineapple - Frozen yogurt	5.80€

Batidos com Leite / Milk Shakes

80 - Batido de Chocolate / Milk - Chocolate	5.00€
81 - Banana - Maç6 - Aveia - Leite / Banana - Apple - Oats - Milk	3.40€
83 - C6co - Pera - Banana - Mel - Leite / Coconut - Pear - Banana - Honey -Milk	3.80€
84- Morango - Banana - Mel- Leite / Strawberry - Banana - Honey - Milk	4.50€
85 - Morango - Banana- Maç6 - Leite / Strawberry - Banana - Apple - Milk	4.50€
86 - C6co - Pera - Banana - Mel - Leite / Coconut - Pear - Banana - Honey -Milk	3.60€
87- Manga - Pera - Maç6 - Leite / Mango - Pear - Apple - Milk	4.50€

Leite Vegetal / Vegetable Milk

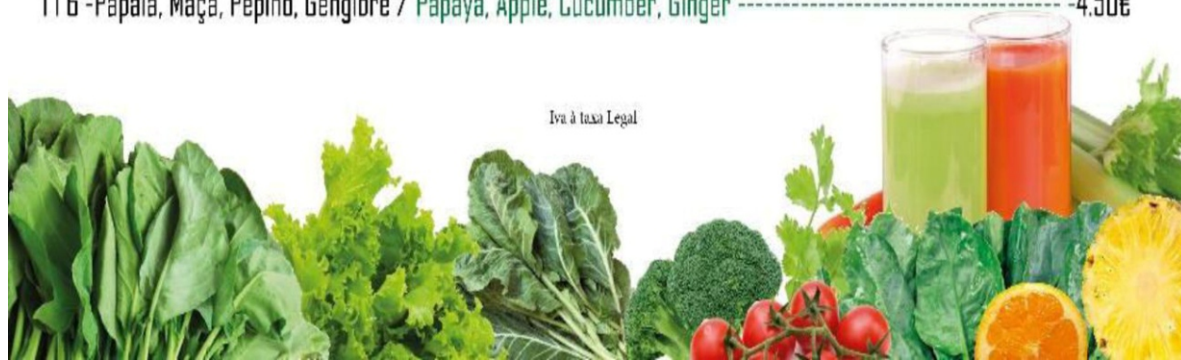
90 - Pera - Banana - Leite Vegetal / Pear - Banana - Vegetable Milk	3.80€
91- Morango - Banana - Aveia -Leite Vegetal /Strawberry - Banana - Oats - Vegetable milk	4.50€
92- Framboesa - Maç6 - Pera - Leite Vegtal/ Raspberry - Apple - Pear - Vegetable Milk	4.80€
93- Abacate - Mel - Aveia - Leite Vegetal / Avocado - Honey - Oats -Vegetable Milk	4.80€
94- Mirtilo - Maç6 - Leite Vegetal / Blueberry - Apple - Vegetable milk	4.80€



SUMOS & DETOX

100 - Pepino, Aipo, Maçã, Limão / Cucumber, Celery, Apple, Lemon	3.50€
101 - Cenoura, Couve, Laranja e Gengibre / Carrot, Cabbage, Orange, Ginger	3.50€
102 - Beterraba, Aipo, Cenoura, Gengibre / Beetroot, Celery, Carrot, Ginger	3.50€
103 - Beterraba, Aipo, Maçã, Limão / Beetroot, Celery, Apple, Lemon	3.50€
104 - Beterraba, Pepino, Cenoura, Gengibre / Beetroot, Cucumber, Carrot, Ginger	3.50€
105 - Espinafre, Cenoura, Maçã, Gengibre / Spinach, Carrot, Apple, Ginger	3.50€
106 - Aipo, Maçã, Cenoura, Gengibre / Celery, Apple, Carrot, Ginger	3.50€
107 - Aipo, Espinafre, Pepino, Maçã / Celery, Spinach, Cucumber, Apple	3.50€
108 - Melancia, Chia, Hortelã / Watermelon, Chia seed, Mint	3.50€
109 - Abacaxi, Hortelã, Aipo, / Pineapple, Mint, Celery	3.80€
110 - Abacaxi, Espinafre, Banana, Chia / Pineapple, Spinach, Banana, Chia seed	3.80€
111 - Pera, Aipo, Pepino / Pear, Celery, Cucumber	3.50€
112 - Abacaxi, Maçã, Pepino / Pineapple, Apple, Cucumber	3.80€
113 - Abacaxi, Gengibre, Espinafre / Pineapple, Ginger, Spinach	3.80€
114 - Kiwi, Maçã, Pepino, Limão, / Kiwi, Apple, Cucumber, Lemon	3.90€
115 - Papaia, Cenoura, Maçã, Limão, Hortelã / Papaya, Carrot, Apple, Lemon, Mint	4.50€
116 - Papaia, Maçã, Pepino, Gengibre / Papaya, Apple, Cucumber, Ginger	4.50€

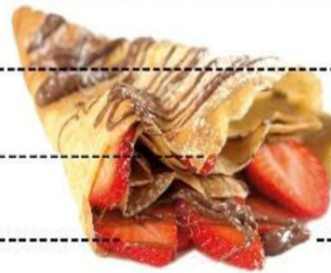
Iva à taxa Legal



Crepes ★★★★★



C-50	-Canela e pó de açúcar / Cinnamon , Icing Sugar-----	4.00€
C-51	-Limão e Pó de Açúcar / Lemon , Icing sugar-----	4.00€
C-52	-Mel e Pó de Açúcar / Honey , Icing sugar-----	4.00€
C-53	-Doce de Leite / Caramel -----	4.00€
C-54	-Côco e Leite Condensado / Coconut , Condensed Milk-----	4.00€
C-55	-Nutella / Nutella -----	4.50€
C-56	-Banana e Chocolate / Banana , Chocolate -----	5.50€
C-57	-Banana, Canela, Mel / Banana , Cinnamon, Honey -----	4.30€
C-58	-Morangos e Chocolate / Strawberry , Chocolate -----	5.50€
C-59	-Morangos, Chocolate, Chantily / Strawberry, Cream, Chocolate -----	6.50€
C-60	-1 Bola de Gelado + Chocolate / One Ice Cream Scoopp + Chocolate -----	6.60€
C-61	-2 Bolas de Gelado + Chocolate / Two Ice Cream Scoopp + Chocolate -----	8.60€
C-62	-3 frutas + Chocolate / Three Fruits + Chocolate -----	6.90€



Extras Topping / Additional Topping

Topping Liquido / Liquid Topping -----	1.00€
Chantily / Chatily Cream -----	1.00€
Extra Chocolate ou Nutella /Extra Chocolate our Nutella-----	1.00€
Topping Extra / Extra topping -----	1.50€



Crepe Salgado / Salty Crepe with

C-80	Fiambre, Queijo, Oregão / Cheese, Ham, Oregano-----	5.50€
C-81	Ovo mexido, Queijo, Fiambre / Scrambled Egg, Cheese, Ham-----	6.50€



Pedidos Condicionados ao Stock - IVA incluído à taxa legal
Stock-conditioned orders



Gelado de iogurte / Frozen Yogurt



Simples

S -	2.50€
M -	3.50€
L -	4.50€



1 Topping

S -	3.50€
M -	4.50€
L -	5.50€



2 Topping

S -	4.50€
M -	5.50€
L -	6.50€

3 Topping

S -	-----
M -	6.50€
L -	7.50€

Topping's extra 1.00€

Caramelo / Nutella / Chocolate / Mel / Compota Framboesa.

Caramel / Nutella / Chocolat / Honey / Raspberry jam



Amendoim crocante / Bolacha crocante / Oreo / Cereais / Cookies / Smarties...

Crispy Peanuts / Crispy Cookies / Oreo / Cereals / Cookies / Smarties...



Frutas : Morango / Manga / Framboesa / Kiwi / Banana ...

Fruits: Strawberry / Mango / Raspberry / Kiwi / Banana ..



Taças de Frutas / Fruit Bowl

Açaí Smoothie Bowl



7.90€

Taça 2 frutas do dia / Bowl 2 fruit of the day--3.90€

Taça morangos, framboesa ou manga----
Bowl of strawberries, raspberry or mango---4.80€

Iogurte Grego Smoothie Bowl



5.90€

Frozen Yogurt Bowl



6.90€



Chia extra-----1.00€
Chocola Extra-----1.00€
Doce de Leite-----1.00€

Preços com IVA incluído no preço
IVA incluído a taxa legal

COMÉRCIO LOCAL / LOCAL COMMERCE



MATEMATIVERSO
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

**Terras Ruivas
Vale Judeu
8100-328 Loulé
T. 917 544 138
+351 289 093 181**



ALGARPAINEL

**Estrada Nac. 125
km 98
Vale da Venda
8135-037 Almancil
T. 914 020 128
+351 289 891 930**

www.matemativerso.pt
geral@matemativerso.pt

Click Website



**JOÃO MARQUES
SEGUROS**

Click Website

Rua Dr Justino Cumano, nº 48
8000-333 Faro
Telf: 289 828 273

Rua Júlio Dinis, nº 40 Loja
8005-246 Montenegro
Telf: 289 822 709



Marina Santos
BEAUTY STUDIO

CLICK

**Cabeleireiro
Manicure-Pedicure
Extensões de Pestanas
Designer de Sobrancelhas
Lash Lifting
Limpeza de Pele
Massagem Terapêutica
Extensões Capilares
Depilação a Laser**

Rua de Santo António, 115, Faro, (BAIXA DE FARO)

CLICK

REGIANE FERREIRA
CABELEIREIRA

CLICK

studio
giselly herreira

CLICK

Lia Nails

CLICK

**THERA
STUDIO**

COMÉRCIO LOCAL / LOCAL COMMERCE

Click Website



ARTEKASA

**BUILDING &
DECORATION
MATERIALS**

MATERIAIS
DE CONSTRUÇÃO
E DECORAÇÃO

T. 289 391 395
M. 925 422 418
geral@artekasa.pt
www.artekasa.pt



**Minshall
& Minshall**
REAL ESTATE

Ana Paula Gomes
TM: 925 774 045

Minshall & Minshall
8005-491 Santa Bárbara de Nexe
T. 289 999 286 . F. 289 999 626
minshall.minshall@gmail.com

Click Website

DITE MÓVEIS
MOBILIÁRIO DE ESCRITÓRIO



...sinta-se em casa!

SEDE E EXPOSIÇÃO:
Sítio do Arneiro
8005-412 JARRO
info@ditemoveis.pt



T. 289 816 006
M. 966 825 600
ditemoveis.pt
www.ditemoveis.pt



...sinta-se em casa!

Click Website

COMÉRCIO LOCAL / LOCAL COMMERCE





PAULO SANTOS
Managing Director

Avenida da República 168, Loja 5
8005-080 Faro
Algarve - Portugal

00351 913 303 351
00351 289 806 643

info@drive4miles.com
www.drive4miles.com



harmony

CLINIC

Morada: Rua. Doutor Cândido Guerreiro n7 Loja A
Faro 8000-320
Contacto: **911 911 212**

MEDICINA DENTÁRIA
ORTODONTIA - APARELHOS DENTÁRIOS
IMPLANTES DENTÁRIOS
PRÓTESES DENTÁRIAS
HARMONIZAÇÃO FACIAL
TÓXINA BOTULÍNICA
PREENCHEDORES DE ÁCIDO HIALURÓNICO
FIOS TENSORES
BIOESTIMULADOR DE COLAGÉNIO
ULTRA-SOM MICRO & MACRO FOCADO
MICROAGULHAMENTO MECÂNICO
LIMPEZA DE PELE
PEELING
MASSAGEM
TRATAMENTOS ESTÉTICOS CORPORAIS E FACIAIS
AURICULOTERAPIA
VENTOSATERAPIA
TERAPIA CAPILAR



EQUIPAMENTOS HOTELEIROS

ibéricafrio

Desde 1978 ao seu lado

Sede:
Estrada Nacional 125
nº 190 A - 8700 Olhão
E-mail: geral@ibericafrio.com
www.ibericafrio.com
Telf: **289 702 314**

Oficina e Assistência:
Zona Empresarial de Marim
Lote 8 2ª Fase 8700 Olhão
Telf: **289 704 891**

Showroom:
Zona Industrial de Marim
Lote 5 2ª Fase 8700 Olhão
E-mail: loja@ibericafrio.com
Telf: **289 098 921**



COMPRA DE SALVADOS
BATE CHAPAS
PINTURA COM ESTUFA
VIATURAS NOVAS E USADAS

LUIS SANTOS
GERENTE
966 798 351

Chelote | Campinas de Faro
Telf: 289 832 148
auto-luissantos@sapo.pt

COMÉRCIO LOCAL / LOCAL COMMERCE



GUIA LAR

REALIZA OS TEUS SONHOS

Decoração & Cortinados
Decoration & Curtains

Confeção de Cortinados
Estores
Estofos e Tapeçaria
Vasta Gama de Tecidos
Calhas e Varões



Rua Sotto Mayor Nº 3B - Faro - Telf: 289 813 069 / 966 932 830
E-Mail: guialar@gmail.com
Instagram: [guia_lar](https://www.instagram.com/guia_lar) - Facebook: Guia Lar



Vanessa Ferreira

M:914 803 820

Rua Moto Clube de Faro, 5B
8000-123 FARO
Tel: 289 825 450
fitandbeauty2016@gmail.com
Homepage: fitandbeauty.pt

Click
Website

Formações, Verniz Gel, Nail Art, Gel UV, Equipamento
Produtos: Beleza, Pestanas e Depilação



Miguel Tavares

M:914 803 820

Rua Moto Clube de Faro, 5B
8000-123 FARO
Tel: 289 825 450
fitandbeauty2016@gmail.com
Homepage: pro-suplementos-24.lojasonline.pt

Click
Website

Suplementos e Acessórios



Portimão / Faro

WWW.G-RIDEBIKE.COM

Click
Website



DOCE

COZINHAS | ROUPEIROS | MOBILIÁRIO

Rua João Pires Pinto, nº 41
S. João da Venda
8135-026 Almancil

Tel/Fax: 289 816 928

**FURNITURE
KITCHENS
WARDROBES**



**COZINHAS
MOBILIÁRIO
ROUPEIROS
ELECTRODOMÉSTICOS
PORTAS
IDEIAS**

geral@decoracaomoderna.pt - www.doce-decoracaomoderna.pt

BRUNOPTICA

OPTOMETRIA & CONTACTOLOGIA

Click
Website

 institutoptico

Rua Baptista Lopes, 58 - 8000-225 Faro
Telm: 915 005 603

ÂNCORA

VIAGENS

Click
Website

Email: geral@ancoraviagens.pt
Contacto Loja: (+351) 911 115 051
Rua Castilho nº 27 | 8000-244, Faro

RNAV: 10153

www.ancoraviagens.pt
Instagram: @ancoraviagens.pt

SA SOVIDRO

SOCIEDADE DE CORTE E
MONTAGEM DE VIDROS, Lda

VIDROS DE TODAS AS QUALIDADES
COLOCAÇÃO DE VIDROS EM OBRAS

Rua Conego Clementino
Brito Pinto
Sítio da Igreja - São Lourenço
8135-027 ALMANCIL

Click
Website

Telef: 289 395 861
Fax: 289 356 274
E-mail: geral@asovidro.pt
www.asovidro.pt



Contactos

289 043 735
919 906 369 - 911 092 128
E-mail: vikopecas@hotmail.com

Click
Website

VIKO PEÇAS

PEÇAS PARA MÁQUINAS
INDUSTRIAIS, MARITIMAS E EMPILHADORES



CARRARO

CARRAROIL

MITSUBISHI
DIESEL ENGINE

SPICER



Forças motricas superiores.

Praceta Infante D. Henrique, Lote 8 R/C D - 8000 Faro

COMÉRCIO LOCAL / LOCAL COMMERCE



Decoração de Interiores

CLICK



CLICK



- Cortinados por Medida
- Estores de Rolo
- Bandas Verticais
- Varões Decorativos
- Mobiliário por Medida
(Camas, Sofás, Mesas, Cadeiras)
- Venezianas / Laminados de Madeira
- Calhas Motorizadas Automaticas
- Almofadas e Tapa Pés
- Cabeceiras e Estofos
- Cozinhas Completas
- Roupeiros por Medida
- Peças Decorativas
- Quadros Decorativos

+351 911 930 956 - +351 916 089 626

LOJA 1 - Rua Rebelo da Silva nº 67 - 8000-417 FARO - **LOJA 2** - Rua Castilho nº 16 - 8000-417 FARO