



# Brunch

Disponível todos os dias até as 18h00

## Combos

|                                                        |      |
|--------------------------------------------------------|------|
| Mouzinho - Escolha 1 Bowl e 1 Opção de ovos            | 15 € |
| Campo de Ourique - Escolha 1 Bowl e 1 Burrito ou Bagel | 15 € |
| Lx Factory - Escolha 1 Pastelaria e 1 Bowl             | 12 € |

## Bowls

|                                                                       |       |
|-----------------------------------------------------------------------|-------|
| Mix de frutas da estação com gelado de iogurte, linhaça e granola 🌱 🌱 | 6,9 € |
| Açaí, banana, granola de limão, frutos secos e sementes 🌱 🌱 🌱         | 7,8 € |
| Pudim de chia com manga, leite e lascas de côco 🌱 🌱 🌱                 | 6,9 € |

## Pães & Ovos

O nosso pão caseiro sem glúten

Pão do Beco com fermentação lenta

Base de batata doce

—

|                                                                        |       |
|------------------------------------------------------------------------|-------|
| Tosta de abacate com cogumelos e espinafres 🌱 🌱                        | 6 €   |
| Ovos florentine com espinafres e molho holandês                        | 8,5 € |
| Ovos mexidos com bacon, abacate, tomate e sementes de papoila          | 9,9 € |
| Ovos escalfados com salmão fumado, abacate, caju e granola salgada 🌱 🌱 | 11 €  |

## Burritos & Bagels

|                                                                                                |       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Egg burrito com abacate, bacon, ovo mexido, queijo gouda e batata doce                         | 9,9 € |
| Burrito de frango grelhado, alface romana, mozzarella, milho, maionese de kimchi e batata doce | 12 €  |
| Bagel com salmão fumado, molho de ervas, mix de salada, ovo estrelado e semente de papoila 🌱   | 9,9 € |



## Panquecas

|                                                                                |       |
|--------------------------------------------------------------------------------|-------|
| <b>Panquecas de ricotta</b> com banana, maple syrup, canela e raspas de lima 🌱 | 7,3 € |
| <b>Panquecas com nutella do Sellva</b> e frutos vermelhos 🌱 🍷                  | 7,6 € |
| <b>Panquecas com manteiga de amendoim</b> , mix de frutas e pistachio 🌱 🍷      | 7,6 € |
| <b>Panquecas da tribo</b> com nutella e banana                                 | 5 €   |

## Pastelaria

|                                                      |       |
|------------------------------------------------------|-------|
| <b>Bolo de trigo sarraceno</b> , chocolate e avelã 🌱 | 2,5 € |
| <b>Brigadeiro saudável</b> 🍷 🌱                       | 1,5 € |
| <b>Cookies saudáveis</b> de chocolate e noz 🍷 🍷 🌱    | 2,5 € |



# Into the Wild

## Couvert

Creme de ricotta e harissa com pão torrado 3 €

## Entradas

- Sopa do dia 4 €
- ★ Húmus de grão e beterraba com cenoura crua 5,5 €
- Bolinhos de queijo e tapioca com molho de ervas 6,5 €
- Crepes vietnamitas com molho asiático 7 €
- Tacos com creme de abacate e camarão 10,5 €  
salteado com marinada picante e molho yuzu
- ★ Guacamole com totopos 8 €
- ★ Tacos de alface com tártaro de atum, 8 €  
emulsão de kimchi e lima





# Pratos Principais

|                                                                                                                                                          |        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>Salada de legumes grelhados e aveia</b> , batata doce, cogumelos Portobello, alface coração, tomate cherry, agriões, creme de abacate e pesto 🌱🌱      | 13,6 € |
| <b>Burrito de frango grelhado</b> , alface romana, mozzarella, milho, maionese de kimchi. Acompanhado com batata doce 🌱                                  | 12 €   |
| <b>Nasi goreng do sellva com camarão</b> , ervilhas tortas, ovo estrelado, arroz basmati, malaguetas, chalotas, pak choi, caju, shiitake e cebolinho 🌱🌱🌱 | 16,5 € |
| <b>Bowl veggie com alface coração</b> , tomate cereja, cebola roxa, abacate, quinoa, pinhões, mix frutas, vinagrete de balsâmico e maionese de yuzu 🌱🌱🌱  | 13,6 € |
| <b>Bowl Brazil com camarão salteado</b> , espinafres, molho de moqueca, farofa e arroz integral 🌱🌱🌱🌱🌱                                                    | 14,5 € |
| ★ <b>Tártaro de atum com quinoa</b> , creme de abacate, cebola roxa, tomate e molho asiático picante 🌱🌱                                                  | 16,7 € |
| <b>Risotto de beterraba e cogumelos</b> com agrião, parmesão e tofu 🌱                                                                                    | 15,1 € |
| <b>Pad Thai de legumes com noodles de arroz</b> , lima e tamarindo [ com frango ou camarão acresce 4,5 € ] 🌱🌱🌱🌱                                          | 16 €   |
| <b>Frango assado com kimchi</b> , batata doce e creme de abacate 🌱🌱🌱                                                                                     | 14,6 € |
| ★ <b>Frango assado com feijão preto e bacon</b> , creme de abacate com ovo estrelado e arroz integral 🌱🌱                                                 | 14,1 € |
| <b>Tataki de atum com wok de legumes</b> e molho teriaki 🌱                                                                                               | 18,8 € |
| <b>Hambúrguer beyond meat</b> , queijo gouda, emulsão de kimchi, cebola, pickles, alface, creme de abacate e brioche acompanhado de batata doce          | 15,1 € |

## Menu Kids

*Para crianças até 12 anos*

**Frango assado** com arroz basmati e chips de batata doce

ou

**Mini hambúrguer com queijo** e ketchup caseiro, com chips de batata doce

+ **Sumo do dia** 🌱 9 €



# Sobremesas

|                                                                               |       |
|-------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Mix de frutas da estação com gelado de iogurte, linhaça e granola ⑩ ⑪         | 6,9 € |
| Cheesecake de iogurte com frutos vermelhos ⑩ ⑪                                | 5 €   |
| ★ Healthy brownie de chocolate e amendoim com gelado de caramelo ⑩ ⑪          | 5,5 € |
| ★ Bolo de trigo sarraceno com chocolate, avelã, ananás grelhado e iogurte ⑩ ⑪ | 6,3 € |
| Fruta laminada ⑩ ⑪ ⑫                                                          | 4 €   |
| Bola de gelado<br>Caramelo   Iogurte com mirtilo e açai   Morango ⑪           | 4,2 € |
| Brigadeiro saudável do Sellva ⑪ ⑫                                             | 1,7 € |



★ Exclusivo Sellva Mouzinho da Silveira

Não garantimos a ausência de gluten por contaminação cruzada nos nossos pratos.

⑩ Vegan

⑪ Frutos Secos

⑫ Sem Lactose

⑬ Picante

⑭ Sem Glúten

⑮ Peixe

# Hydration Waterfall

## Sumos Naturais

|                                                   |        |
|---------------------------------------------------|--------|
| Rei da Selllva – Sumo do dia                      | 3,5 €  |
| Mogli – Abacaxi, manga, lima e manjerição         | 4,75 € |
| Bagheera – Laranja, framboesa e lima              | 4,75 € |
| Simba – Laranja                                   | 4,5 €  |
| Kaa – Abacaxi e hortelã                           | 4,5 €  |
| Nala – Limonada de manjerição ou frutos vermelhos | 3 €    |
| Kamari – Açai, banana, morango e sumo de limão    | 6,3 €  |

## Sumos Detox

|                                                                    |     |
|--------------------------------------------------------------------|-----|
| Timon – Banana, laranja, espinafres, alface e sementes de girassol | 5 € |
| Pumba – Beterraba, pepino, laranja e gengibre                      | 5 € |
| Banzai – Água de côco, matcha, hortelã, lima, stevia               | 6 € |

## Smoothies

|                                                                                                                          |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Zazu – Frutos vermelhos, farinha de aveia, caju, sumo de laranja, gengibre, hortelã e bebida vegetal                     | 6,8 € |
| Baloo – Abacaxi, bebida vegetal, sumo de laranja, caju, polpa de manga, sementes de girassol, manjerição e sumo de limão | 6,3 € |

## Cafetaria

|                                             |       |
|---------------------------------------------|-------|
| Água com ou sem gás (50cl)                  | 2 €   |
| Expresso                                    | 2 €   |
| Expresso sem refeição                       | 2,5 € |
| Expresso duplo                              | 2,6 € |
| Americano                                   | 3,2 € |
| Macchiato                                   | 2,5 € |
| Flat White                                  | 3,5 € |
| Latte*                                      | 3,5 € |
| Matcha latte* Matcha e leite                | 2,5 € |
| Cappucino* Leite e café                     | 3,5 € |
| Mochachino* Cacau, café e leite             | 3,5 € |
| Iced latte* Gelo, leite e café              | 3,5 € |
| Chocolate quente                            | 3,5 € |
| Infusão Hortelã fresca   Gengibre   Curcuma | 3 €   |
| Chá preto ou verde Gorreana                 | 3 €   |

\*com leite de amêndoa ou aveia +1€

# From the Bar

## Cervejas

|                 |       |
|-----------------|-------|
| Super Bock 20cl | 2,3 € |
| Super Bock 40cl | 3,9 € |

## Jungle Cocktails

|                                                                                               |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| <b>Rei Juliano</b> – Sangria de espumante, vodka 42 Bellow, manga e maracujá (1L)             | 25 €  |
| <b>Jungle sunset</b> – Gin Bombay Sapphire , sumo de pêsego, sumo de limão, espuma de hibisco | 9,4 € |
| <b>Tsurai Mule</b> – Vodka 42 Bellow, lima, espuma de wasabi e ginger beer                    | 9 €   |
| <b>Jungle Pilot</b> – Rum Bacardi Carta Blanca, ananás, lima e maracujá                       | 9 €   |
| <b>Beet It</b> – Tequila Cazadores, beterraba, maçã e lima                                    | 9 €   |



# From the Bar

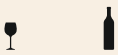
## Urban Cocktails

|                                                                                       |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| <b>Basil Smash</b> – Gin Bombay Dry, manjeriçao e limão                               | 9,4 € |
| <b>Caipirinha</b> – Cachaça com lima, maracujá, manga, morango ou ananás              | 9 €   |
| <b>Caipiroska</b> – Vodka 42 Bellow com lima, maracujá, manga, morango ou ananás      | 9 €   |
| <b>Mojito</b> – Rum Bacardi Carta Blanca com lima, maracujá, manga, morango ou ananás | 9 €   |
| <b>Margarita</b> – Tequila Cazadores com lima, maracujá, manga, morango ou ananás     | 9 €   |
| <b>Spritz</b> – Fiero com espumante e água com gás                                    | 9 €   |
| <b>Moscow Mule</b> – Vodka 42 Bellow, ginger beer, sumo de lima e espuma de maracujá  | 9 €   |
| <b>Mimosa</b> – Espumante e sumo de laranja                                           | 6 €   |
| <b>Negroni</b> – Gin Bombay Sapphire, Martini Bitter e Martini Rosso                  | 9,4 € |
| <b>Whisky Sour</b> – Whisky Dewar's, sumo de limão e clara de ovo                     | 9 €   |
| <b>Daiquiri</b> – Rum Bacardi Carta Blanca e sumo de lima                             | 9 €   |
| <b>Expresso Martini</b> – Vodka 42 Bellow e café                                      | 8,4 € |



# From the Vine

## Espumante e Champagne



|                                  |       |
|----------------------------------|-------|
| Rosa Duck Pet Nat, Bairrada      | 28 €  |
| Filipa Pato, Bairrada            | 34 €  |
| Perrier Jouet Grand Brut, França | 112 € |

## Vinho Branco

|                                                      |       |        |
|------------------------------------------------------|-------|--------|
| Aveleda Alvarinho, Vinho Verde, Minho                | 5 €   | 20 €   |
| Assobio, Douro                                       | 5 €   | 20 €   |
| Quinta de la Rosa, Douro                             |       | 27,5 € |
| Passagem, Douro                                      |       | 29,5 € |
| MOB3, Dão                                            |       | 27 €   |
| Quinta das Marias Encruzado, Dão                     |       | 29,5 € |
| Taboadella Villae, Dão                               |       | 29,5 € |
| Arco D’Aguieira, Bairrada                            |       | 42 €   |
| Dinamica Filipa Pato, Bairrada                       |       | 27,5 € |
| Chocapalha Sauvignon Blanc, Lisboa                   |       | 27,5 € |
| Dona Ermelinda Freitas Reserva, Península de Setúbal |       | 23,5 € |
| Esporão Colheita Bio, Alentejo [Bio]                 | 6,5 € | 25 €   |

## Vinho Rosé

|                                  |       |      |
|----------------------------------|-------|------|
| Assobio, Douro                   | 5 €   | 20 € |
| Daphros Evoé, Vinhos Verdes      |       | 23 € |
| Niepoort Nat Cool (1L), Bairrada | 8,5 € | 43 € |

## Vinho Tinto

|                                                   |       |        |
|---------------------------------------------------|-------|--------|
| Assobio, Douro                                    | 5 €   | 20 €   |
| Quinta do Côtto, Douro                            |       | 24 €   |
| Grainha, Douro                                    |       | 37,5 € |
| Taboadella Villae, Dão                            |       | 29,5 € |
| Niepoort Nat Cool “Baga”, Bairrada                | 6,5 € | 32 €   |
| Quinta Monte d’ Oiro, Lisboa                      |       | 29 €   |
| Adega Mae Pinot Noir, Lisboa                      |       | 37,5 € |
| Dona Ermelinda Reserva, Península de Setúbal      |       | 23,5 € |
| Dona Ermelinda “Pinot Noir”, Península de Setúbal |       | 27 €   |
| Esporão Colheita Bio, Alentejo [Bio]              | 6,5 € | 28 €   |
| Esporão Reserva, Alentejo                         |       | 42 €   |

Todos os preços estão em euros e incluem IVA à taxa de 13% (toda a alimentação; água mineral, café, descafeinado, leite, chás) e de 23% (restantes produtos). Nenhum produto alimentar pode ser cobrado se não for solicitado pelo cliente, ou por este inutilizado (di n°10/2015), de 16 de janeiro - art. 135). Não são permitidas troca de ingredientes (só é permitido retirar ingredientes). Não nos responsabilizamos por eventuais falhas na rede multibanco. Este estabelecimento tem livro de reclamações. O restaurante Sellva apresenta, de forma discriminada, nas contas dos clientes um valor de gratificação sugerida. O pagamento desse montante é opcional e o valor é integralmente entregue à equipa.

GRUPO

# Capricciosa

DOCA  
DE  
SANTO

Capricciosa  
Pizzas Artesanais



SOPHIA  
Natural Italian

Lat.A  
cozinha latino americana

sellva

sophia  
NATURAL PIZZOTECA & BAR

Gelati  
di Capricciosa

jângal  
cafeteria saudável



Conheça todos os restaurantes  
do Grupo Capricciosa.

Saiba mais em  
[www.grupocapricciosa.pt](http://www.grupocapricciosa.pt)

Todos os preços estão em euros e incluem IVA à taxa legal em vigor. Nenhum produto alimentar ou bebida, pode ser cobrado se não for solicitado pelo cliente ou por este inutilizado (dl n.º10/2015, de 16 janeiro - art. 135). Não são permitidas troca de ingredientes (só é permitido retirar ingredientes). O restaurante Sellva apresenta, de forma discriminada nas contas dos clientes um valor de gratificação sugerida. O pagamento desse montante é opcional, e integralmente entregue à equipa. Não nos responsabilizamos por eventuais falhas da rede multibanco. Este estabelecimento tem livro de reclamações.