

# MONCHIQUE

RESORT & SPA

## Wellbeing Menu

12H30 - 15H00

**ENTRADA + PRATO PRINCIPAL + SOBREMESA +  
1 BEBIDA**

*STARTER + MAIN COURSE + DESSERT + 1 DRINK*

### ENTRADAS

*Starters*

#### CREME DE LEGUMES

Vegetables soup

#### CREME DE TOMATE ASSADO COM OVO ESCALFADO

Roasted tomato soup with poached  
egg

#### COGUMELOS SALTEADOS COM ALHO E COENTROS

Sautéed mushrooms with garlic and  
coriander

### SOBREMESAS

*Desserts*

#### SELEÇÃO DE GELADOS

Ice cream selection

#### SELEÇÃO DE FRUTA LAMINADA

Sliced fruit selection

### PRINCIPAL

*Main course*

#### CARPACCIO DE BETERRABA, RÚCULA E BURRATA

Beetroot carpaccio, arugula and  
burrata

#### TOSTA DE ABACATE, SALMÃO E RÚCULA

Avocado toast, salmon and arugula

#### POKE BOWL DE SALMÃO

Salmon Poke Bowl

#### CEVICHE DE PEIXE FRESCO, FRUTA TROPICAL, LEITE DE TIGRE

Fresh fish ceviche, tropical fruit,  
tiger milk

#### WRAP VEGETARIANO COM LEGUMES, TOFU E MOLHO PESTO

Vegetarian wrap with vegetables,  
tofu and Pesto sauce

Alguns dos alimentos expostos e fornecidos podem conter alergénios. Para  
mais informações agradecemos que solicite a lista de ingredientes.  
Nenhum prato, produto alimentar ou bebida, incluindo o couvert, pode ser  
cobrado se não for solicitado pelo cliente ou por este for inutilizado.

Neste estabelecimento existe livro de reclamações.

Some of the exposed and provided food may contain allergens. For more

information please request the ingredients list.

No dish, food or drink can be charged if not requested by the customer even if it is consumed. Complaint book available.