



Guia de Alérgénios

Lojas Pret Portugal

Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alérgénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alérgénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.

Introdução

Neste guia encontrará a lista de todos os produtos Pret vendidos nas nossas lojas em Portugal (para produtos de marca, consulte, por favor, a embalagem individual). Os alergénios estão listados no topo da tabela para referência rápida. Sempre que um produto contém um dos alergénios, encontrará uma marcação correspondente.

Mesmo que um produto não apresente determinado alergénio na sua composição, não podemos garantir ausência total.

Lembre-se de verificar regularmente o nosso guia e o rótulo de ingredientes, uma vez que as receitas podem mudar ocasionalmente — não queremos que ninguém seja apanhado de surpresa por uma nova versão de um clássico favorito; as receitas podem variar de loja para loja.

Quando um produto contiver “Cereais com glúten” ou “Frutos de casca rijas”, será especificado o ingrediente, por exemplo “Trigo” ou “Castanhas de Caju”.

Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alergénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alergénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.

De acordo com as recomendações da “*The Vegan Society*”, utilizamos o termo “Apto para Vegans” para produtos que seguem uma receita vegan mas que podem não ser preparados em locais exclusivamente vegan. Nestes locais implementamos várias medidas de controlo para reduzir o risco de contaminação cruzada.

Encomendas e entregas

Não podemos garantir que os produtos encomendados para entrega ao domicílio não entrem em contacto com outros alergénios durante o transporte, uma vez que os estafetas podem transportar simultaneamente encomendas de diferentes clientes ou estabelecimentos.

A Autoridade Europeia para a Segurança Alimentar considera os seguintes ingredientes e os seus derivados são considerados alergénios de declaração obrigatória:

Amendoim	Frutos de casca rijas
Sementes de sésamo	Cereais que contêm glúten
Crustáceos	Aipo
Ovo	Peixe
Tremoços	Moluscos
Mostarda	Dióxido de enxofre e sulfitos
Soja	Leite

Se estiver interessado em qualquer ingrediente que não um dos 14 listados acima, por favor, consulte a lista de ingredientes no nosso site ou o rótulo no produto.

Se tiver dificuldade em encontrar o que procura questione o Gerente – ele terá todo o gosto em ajudar!

Compreendemos que, por mais detalhado que seja o nosso guia, pode haver situações em que não consiga responder a todas as suas perguntas. Se precisar de mais informações, visite o nosso site em <https://www.pret.com/pt-PT/our-menu>.

Este guia de alergénios contempla apenas os produtos servidos ao público vendidos nas lojas da Pret em Portugal.



Pret's Allergen Guide



Portugal Pret Shops

We prepare our fresh food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or Barista-made drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe, but is not suitable for those with milk or egg allergies.

Introduction

Here you'll find a list of all Pret products sold in our shops in Portugal (for branded products please review the individual product), with allergens listed along the top of the page for easy reference. If a product contains one of these ingredients, then you will find a tick in the corresponding box.

While the products in this guide may not contain a specific allergen, we can't guarantee that any of our food is completely free from any allergen.

Please remember to check our guide and the ingredient label regularly as recipes do change from time to time - the last thing we want is for anyone being caught out by a new take on an old favourite, recipes can differ shop to shop.

Where a product contains "Cereals containing Gluten" or "Nuts", you will find a specific ingredient listed, for example "Wheat" or "Cashew".

We prepare our fresh food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or Barista-made drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe, but is not suitable for those with milk or egg allergies.

In line with recommendations from The Vegan Society, we are using the term "Vegan-friendly" to label products that are made to a vegan recipe, but may not be made in dedicated vegan sites. In these sites we have as many steps as possible to reduce the risk of cross-contamination.

For delivery orders:

We cannot guarantee your meal will not come into contact with other allergens during delivery. Couriers may transport other Pret orders or orders from other businesses along with your Pret order.

The European Food Safety Authority regards the following ingredients and their derivatives as allergens:

Peanuts	Tree Nuts
Sesame	Cereals containing Gluten
Crustaceans	Celery & Celeric
Egg	Fish
Lupin	Mollusc
Mustard	Sulphites
Soya	Milk

If you are interested in an ingredient outside the 14 listed above, please look at the ingredient list on the website or the label on the individual product.

If you have any trouble finding what you are looking for please ask the Manager, they will be more than happy to help.

We understand that no matter how detailed our guide is, there may be times when it can't answer the questions you may have. If you need to know more, please do visit our website at <https://www.pret.com/pt-PT/our-menu>.

This allergen guide only covers food and drink sold in Portugal Pret Shops.

Chave: ✓ (Produto contém) Y (Adequado para) Contents Key: ✓ (Product Contains) Y (Suitable For)			Baguetes, Sandwichs & Outros / Baguettes, Sandwichs & Others																									
Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alergénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alergénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.																												
Produto / Product	Vegetariano/Vegetarians	Apto para Vegans / Vegan Friendly	Amendoins	Frutos de Casca Rija/Tree nuts							Sésamo	Cereais que contêm glúten / Cereals containing gluten						Crustáceos	Aipo	Ovo	Peixe	Leite	Tremoços	Moluscos	Mostarda	Soja	Sulfitos	
				Amêndoa	Castanhas do Brasil	Castanhas de Caju	Avelã	Macadâmia	Nozes Pécan	Pistácio		Noz	Cevada	Kamut (Trigo)	Aveia	Centeio	Espelta (Trigo)											Trigo
				Peanut	Almond	Brazil Nuts	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan		Pistachio	Walnut	Sesame	Barley	Kamut (Wheat)	Oats											Rye
Baguetes / Baguettes																												
BAGUETE ALCACHOFRÁ, TOMATE & PIMENTO ARTICHOKE, TOMATO & PEPPERS BAGUETTE	Y	Y															✓											
BAGUETE COM ABACATE, AZEITONAS KALAMATA & PINHÕES AVOCADO, KALAMATA OLIVE SPREAD & PINE NUTS BAGUETTE	Y	Y															✓											
BAGUETE DE ATUM, PEPINO & MAIONESE TUNA MAYO BAGUETTE																	✓		✓	✓								
BAGUETE DE QUEIJO CHEDDAR & CHUTNEY CHEDDAR & CHUTNEY BAGUETTE	Y																✓				✓							
BAGUETE DE SALMÃO FUMADO, QUEIJO & ENDRO SMOKED SALMON, SOFT CHEESE & DILL BAGUETTE																	✓			✓	✓							
BAGUETE DE SEMENTES COM PRESUNTO IBÉRICO IBERIAN HAM SEEDDED BAGUETTE																	✓											
BAGUETE DE SEMENTES COM PRESUNTO IBÉRICO & QUEIJO BRIE IBERIAN HAM & BRIE SEEDDED BAGUETTE																	✓				✓							
BAGUETE DE SEMENTES COM PRESUNTO IBÉRICO, QUEIJO & RÚCULA IBERIAN HAM, CHEESE AND ROCKET SALAD SEEDDED BAGUETTE																	✓				✓							
BAGUETE DE FRANGO COM BACON CHICKEN & BACON BAGUETTE																	✓		✓	✓	✓							
BAGUETE ITALIAN CAPRESE ITALIAN CAPRESE BAGUETTE	Y																✓				✓							
BAGUETE NEW YORKER NEW-YORKER BAGUETTE																	✓		✓						✓			✓
Sandwiches / Sandwiches																												
SANDWICH CRACKING EGG CRACKING EGG SANDWICH	Y																✓				✓					✓		
SANDWICH DE ATUM & QUEIJO CREME TUNA & CREAM CHEESE SANDWICH																	✓			✓	✓							
SANDWICH DE FIAMBRE & QUEIJO HAM & CHEESE SANDWICH																	✓				✓							
SANDWICH DE FRANGO, ABACATE & MANJERICÃO CHICKEN, AVOCADO & BASIL SANDWICH																	✓		✓		✓							
We prepare our freshly made food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.																												
17 de Outubro 2025 v1, pag. 5/22																												

Chave: ✓ (Produto contém) Y (Adequado para) Contents Key: ✓ (Product Contains) Y (Suitable For)			Rolls, Losange & Wraps / Rolls, Losange & Wraps																										
Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alergénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alergénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.																													
Produto / Product	Vegetariano/ Vegetarians	Apto para Veganos / Vegan Friendly	Amendoins	Frutos de Casca Rija/Tree nuts								Sementes de Sésamo	Cereais que contêm glúten / Cereals containing gluten						Crustáceos	Aipo e Raiz de Aipo	Ovo	Peixe	Leite	Tremoços	Moluscos	Mostarda	Soja	Sulfitos	
				Amêndoa	Castanhas do Brasil	Castanhas de Caju	Avelã	Macadâmia	Nozes Pécan	Pistácio	Noz		Cevada	Kamut (Trigo)	Aveia	Centeio	Espelta (Trigo)	Trigo											
				Peanut	Almond	Brazil Nuts	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio		Walnut	Sesame	Barley	Kamut (Wheat)	Oats	Rye											Spelt (Wheat)
Rolls/ Rolls																													
BREAD ROLL COM ABACATE, OVO & BACON AVO, EGG & BACON BREAD ROLL													✓			✓		✓			✓		✓						
BREAD ROLL DE ATUM TUNA BREAD ROLL													✓			✓		✓		✓	✓								
Losange / Losange																													
LOSANGE CAPRESE CAPRESE LOSANGE	Y																✓					✓							
LOSANGE DE PRESUNTO IBÉRICO IBERIAN HAM LOSANGE																	✓												
LOSANGE OVO & ABACATE EGG & AVOCADO BREAKFAST LOSANGE	Y																✓			✓						✓			
Wraps / Wraps																													
WRAP DE ABACATE & PINHÕES TOSTADOS AVOCADO & TOASTED PINE NUTS WRAP	Y														✓		✓			✓		✓							
WRAP DE FRANGO COM MOLHO CÉSAR CHICKEN CAESAR WRAP															✓		✓			✓	✓	✓							
WRAP DE HUMMUS & CHIPOTLE HUMMUS & CHIPOTLE WRAP	Y	Y										✓			✓		✓												
WRAP VEGAN HÚMUS, GRÃO DE BICO & CHIPOTLE HUMMUS, CHICKPEAS & CHIPOTLE VEGAN WRAP	Y	Y										✓			✓		✓												
We prepare our freshly made food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.																													
17 de Outubro 2025 v1, pag. 7/22																													

Chave: ✓ (Produto contém) Y (Adequado para)			Fruta & Pots / Fruit & Pots																										
Contents Key: ✓ (Product Contains) Y (Suitable For)			Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alergénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alergénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.																										
Produto / Product	Vegetariano / Vegetarians	Apto para Veganos / Vegan Friendly	Amendoins	Frutos de Casca RijaTree nuts								Sésamo	Cereais que contêm glúten / Cereals containing gluten						Crustáceos	Alpo	Ovo	Peixe	Leite	Tremoços	Moluscos	Mostarda	Soja	Sulfitos	
				Amêndoa	Castanhas do Brasil	Castanhas de Caju	Avelã	Macadâmia	Nozes Pécan	Pistácio	Noz		Cevada	Kamut (Trigo)	Aveia	Centeio	Espelta (Trigo)	Trigo											
			Peanut	Almond	Brazil Nuts	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio	Walnut	Sesame	Barley	Kamut (Wheat)	Oats	Rye	Spelt (Wheat)	Wheat	Crustacean	Celery and celeriac	Egg	Fish	Milk	Lupin	Molluscs	Mustard	Soya	Sulphites	
Fruta / Fruit																													
ANANÁS PINEAPPLE PIECES	Y	Y																											
BANANA BANANA	Y	Y																											
MAÇÃ APPLE	Y	Y																											
MANGA & LIMA MANGO & LIME	Y	Y																											
POT MELÃO CANTALOUPE & MIRTILOS CANTALOUPE MELON & BLUEBERRY POT	Y	Y																											
POT MORANGO & MIRTILOS STRAWBERRY & BLUEBERRY POT	Y	Y																											
SALADA DE FRUTA FRUIT SALAD	Y	Y																											
Pots / Pots																													
BOWL DE IOGURTE NATURAL, COMPOTA DE FRUTOS VERMELHOS & GRANOLA NATURAL YOGHURT, RED BERRIES & GRANOLA BOWL	Y														✓			✓				✓							
BOWL SUNSHINE SMOOTHIE SUNSHINE SMOOTHIE BOWL	Y	Y													✓			✓											
POT IOGURTE COM COMPOTA DE DAMASCO & GRANOLA YOGHURT POT WITH APRICOT COMPOTE & GRANOLA	Y														✓			✓				✓							
POT IOGURTE COM MORANGO & CHIPS DE COCO YOGHURT POT WITH STRAWBERRY & COCONUT CHIPS	Y														✓			✓				✓							
POT DE IOGURTE NATURAL NATURAL YOGHURT POT	Y																					✓							
POT DE IOGURTE & COMPOTA DE FRUTOS VERMELHOS NATURAL YOGHURT & RED BERRIES POT	Y																					✓							
POT DE IOGURTE NATURAL, MEL & GRANOLA GRANOLA & HONEY YOGHURT POT	Y														✓			✓				✓							
We prepare our freshly made food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.																													
17 de Outubro 2025 v1, pag. 8/22																													

Chave: ✓ (Produto contém) Y (Adequado para) Contents Key: ✓ (Product Contains) Y (Suitable For)			Bebidas Frias / Cold Drinks Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alergénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alergénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.																												
Produto / Product	Vegetariano/ Vegetarians	Apto para Veganos / Vegan Friendly	Frutos de Casca Rija/Tree nuts								Sésamo	Cereais que contêm glúten / Cereals containing gluten						Crustáceos	Aipo	Ovo	Peixe	Leite	Tremoços	Moluscos	Mostarda	Soja	Sulfitos				
			Amendoins	Amêndoa	Castanhas do Brasil	Castanhas de Caju	Avelã	Macadâmia	Nozes Pécan	Pistácio		Noz	Cevada	Kamut (Trigo)	Aveia	Centeio	Espelta (Trigo)											Trigo			
			Peanut	Almond	Brazil Nuts	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio		Walnut	Sesame	Barley	Kamut (Wheat)	Oats	Rye											Spelt (Wheat)	Wheat		
APPLE FIZZ APPLE FIZZ	Y	Y																													
GINGER BEER GINGER BEER	Y	Y																													
SHOT DE GENGIBRE GINGER SHOT	Y	Y																													
HOT SHOT HOT SHOT	Y	Y																													
LIMONADA DE RUIBARBO RHUBARB LEMONADE	Y	Y																													
SELTZER LIMA & FRAMBOESA LIME & RASPEBERRY SELTZER	Y	Y																													
SELTZER PEPINO & MENTA CUCUMBER & MINT SELTZER	Y	Y																													
SMOOTHIE ESPINAFRES & HORTELÃ SPINACH & MINT SMOOTHIE	Y	Y																													
SMOOTHIE MANGA & CHIA MANGO & CHIA SEEDS SMOOTHIE	Y	Y																													
SUMO DE LARANJA NATURAL NATURAL ORANGE JUICE	Y	Y																													
SUMO DE MAÇÃ & CENOURA CARROT & APPLE JUICE	Y	Y																													
SUMO MORANGADA STRAWBEERY JUICE	Y	Y																													
We prepare our freshly made food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.																															
17 de Outubro 2025 v1, pag. 10/22																															

Chave: ✓ (Produto contém) Y (Adequado para) Contents Key: ✓ (Product Contains) Y (Suitable For)			Saladas / Salads Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alergénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alergénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.																									
Produto / Product	Vegetariano/Vegetarians	Apto para Veganos / Vegan Friendly	Amendoins	Frutos de Casca Rija/Tree nuts								Sésamo	Cereais que contém glúten / Cereals containing gluten						Crustáceos	Aipo	Ovo	Peixe	Leite	Tremoços	Moluscos	Mostarda	Soja	Sulfitos
				Amêndoa	Castanhas do Brasil	Castanhas de Cajú	Avelã	Macadâmia	Nozes Pécan	Pistácio	Noz		Cevada	Kamut (Trigo)	Aveia	Centeio	Espelta (Trigo)	Trigo										
			Peanut	Almond	Brazil Nuts	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio	Walnut	Sesame	Barley	Kamut (Wheat)	Oats	Rye	Spelt (Wheat)	Wheat	Crustacean	Celery and celeriac	Egg	Fish	Milk	Lupin	Molluscs	Mustard	Soya	Sulphites
Saladas / Salads																												
BOWL DE ABACATE, LAGOSTIM & MAIONESE CHILI																	✓		✓							✓	✓	
AVOCADO & CRAYFISH CHILI MAYO BOWL																												
BOWL DE ABACATE, MOZZARELLA & TOMATE	Y																				✓						✓	
AVOCADO, MOZZARELLA & TOMATOES BOWL																												
BOWL DE ATUM, OVO & AZEITONAS																			✓	✓							✓	
TUNA, HARD BOILED EGG & OLIVE BOWL																												
BOWL DE FRANGO & PESTO DE CASTANHA DE CAJÚ						✓															✓						✓	
CHICKEN & CASHEW NUT PESTO BOWL																												
BOWL FALAFEL MEZZE & QUINOA	Y	Y									✓								✓								✓	
FALAFEL MEZZE & QUINOA BOWL																												
POT DE HÚMUS & FETA	Y										✓										✓							
HUMMUS & FETA SALAD POT																												
POT DE MOZZARELLA, TOMATE & PESTO DE CASTANHA DE CAJÚ	Y					✓																						
MOZZARELLA, TOMATO & CASHEW NUT PESTO SALAD POT																												
POT DE OVOS & ESPINAFRES	Y																			✓								
EGGS & SPINACH SALAD POT																												
POT DE SALMÃO FUMADO, QUINOA, LIMÃO & ENDRO																			✓	✓	✓	✓						
SMOKED SALMON, QUINOA WITH LEMON ZEST & DILL SALAD POT																												
SALADA COBB & QUEIJO ITALIANO																												
COBB SALAD BOWL & ITALIAN CHEESE																				✓		✓					✓	
SMALL BOWL DE ABACATE & LAGOSTIM																			✓								✓	
AVOCADO & CRAYFISH SMALL BOWL																												
SMALL BOWL DE SALMÃO																				✓	✓						✓	
SALMON SMALL BOWL																												
We prepare our freshly made food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.																												
17 de Outubro 2025 v1, pag. 11/22																												

Chave: ✓ (Produto contém) Y (Adequado para) Contents Key: ✓ (Product Contains) Y (Suitable For)			Comida Quente/Hot Food Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alergénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alergénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.																								
Produto / Product	Vegetariano/Vegetarians	Apto para Veganos / Vegan Friendly	Amendoins	Frutos de Casca Rija/Tree nuts							Sésamo	Cereais que contém glúten / Cereals containing gluten					Crustáceos	Aipo	Ovo	Peixe	Leite	Tremoços	Moluscos	Mostarda	Soja	Sulfitos	
			Amêndoa	Castanhas do Brasil	Castanhas de Caju	Avelã	Macadâmia	Nozes Pécan	Pistácio	Noz	Cevada	Kamut (Trigo)	Aveia	Centeio	Espelta (Trigo)	Trigo											
			Peanut	Almond	Brazil Nuts	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio	Walnut	Sesame	Barley	Kamut (Wheat)	Oats	Rye	Spelt (Wheat)	Wheat	Crustacean	Celery and celeriac	Egg	Fish	Milk	Lupin	Molluscs	Mustard	Soya
Baguettes / Baguettes																											
BAGUETE QUENTE DE MOZZARELLA, PIMENTO & TOMATE MOZZARELLA & PEPPER HOT BAGUETTE	Y															✓						✓					
Wraps / Wraps																											
WRAP QUENTE DE FALAFEL, QUEIJO CHEDDAR & PIMENTOS FALAFEL, CHEDDAR & RED PEPPERS HOT WRAP	Y														✓		✓					✓					
WRAP QUENTE DE FRANGO & CHIPOTLE CHICKEN & CHIPOTLE HOT WRAP															✓		✓					✓					
We prepare our freshly made food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.																											
17 de Outubro 2025 v1, pag. 13/22																											

Chave: ✓ (Produto contém) Y (Adequado para) Contents Key: ✓ (Product Contains) Y (Suitable For)			Snacks / Snacks Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alérgénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alérgénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.																										
Produto / Product	Vegetariano/ Vegetarian	Apto para Veganos / Vegan Friendly	Amendoins	Frutos de Casca Rija/Tree nuts								Sésamo	Cereais que contém glúten / Cereals containing gluten						Crustáceos	Aipo	Ovo	Peixe	Leite	Tremçoos	Moluscos	Mostarda	Soja	Sulfitos	
				Amêndoa	Castanhas do Brasil	Castanhas de Caju	Avelã	Macadâmia	Nozes Pécan	Pistácio	Noz		Cevada	Kamut (Trigo)	Aveia	Centeio	Espelta (Trigo)	Trigo											
				Peanut	Almond	Brazil Nuts	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio		Walnut	Barley	Kamut (Wheat)	Oats	Rye	Spelt (Wheat)											Wheat
AMÊNDOAS COM CHOCOLATE NEGRO DARK CHOC SALTED ALMONDS	Y	Y		✓																						✓			
AMÊNDOAS, FRUTOS SECOS & CHOCOLATE ALMONDS, DRY FRUITS & MILK CHOCOLATE	Y			✓																	✓					✓			
CHIPS CEBOLA ONION CHIPS	Y																				✓								
CHIPS PAPRIKA PAPRIKA CHIPS	Y																												
CHIPS SAL MARINHO SEA SALT CHIPS	Y																												
CHIPS VINAGRE VINEGAR CHIPS	Y																												
PRET A MANGO PRET A MANGO	Y	Y																											
We prepare our freshly made food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.																													
17 de Outubro 2025 v1, pag. 14/22																													

[illegible]

[illegible]

Chave: ✓ (Produto contém) Y (Adequado para) Contents Key: ✓ (Product Contains) Y (Suitable For)			Bebidas do Barista / Barista Prepared Drinks Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alergénios. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alergénios que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.																									
Produto / Product	Vegetariano / Vegetarians	Apto para Veganos / Vegan Friendly	Amendoins	Frutos de Casca Riça/Tree nuts							Sésamo	Cereais que contém glúten / Cereals containing gluten					Crustáceos	Aipo	Ovo	Peixe	Leite	Tremoços	Moluscos	Mostarda	Soja	Sulfitos		
				Amêndoa	Castanhas do Brasil	Castanhas de Caju	Avelã	Macadâmia	Nozes Pécan	Pistácio		Noz	Cevada	Kamut (Trigo)	Aveia	Centeio											Espelta (Trigo)	Trigo
			Peanut	Almond	Brazil Nuts	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio	Walnut	Sesame	Barley	Kamut (Wheat)	Oats	Rye	Spelt (Wheat)	Wheat	Crustacean	Celery and celeriac	Egg	Fish	Milk	Lupin	Molluscs	Mustard	Soya	Sulphites
Smoothies & Frappes / Smoothies & Frappes																												
FRAPPÉ CLÁSSICO COM LEITE MEIO-GORDO CLASSIC FRAPPÉ WITH SEMI-SKIMMED MILK	Y																				✓							
FRAPPÉ CLÁSSICO COM LEITE MAGRO CLASSIC FRAPPÉ WITH SKIMMED MILK	Y																				✓							
FRAPPÉ DE CHOCOLATE COM LEITE MEIO-GORDO CHOCOLATE FRAPPÉ WITH SEMI-SKIMMED MILK	Y																				✓							
FRAPPÉ DE CHOCOLATE COM LEITE MAGRO CHOCOLATE FRAPPÉ WITH SKIMMED MILK	Y																				✓							
FRAPPÉ DE SABOR A AVELÃ COM LEITE MEIO-GORDO HAZELNUT FLAVOURED FRAPPÉ WITH SEMI-SKIMMED MILK	Y																				✓							
FRAPPÉ DE SABOR A AVELÃ COM LEITE MAGRO HAZELNUT FLAVOURED FRAPPÉ WITH SKIMMED MILK	Y																				✓							
FRAPPÉ DE SABOR A BAUNILHA COM LEITE MEIO-GORDO VANILLA FLAVOURED FRAPPÉ WITH SEMI-SKIMMED MILK	Y																				✓							
FRAPPÉ DE SABOR BAUNILHA COM LEITE MAGRO VANILLA FLAVOURED FRAPPÉ WITH SKIMMED MILK	Y																				✓							
FRAPPÉ DE SABOR CARAMELO COM LEITE MEIO-GORDO CARAMEL FLAVOURED FRAPPÉ WITH SEMI-SKIMMED MILK	Y																				✓							
FRAPPÉ DE SABOR CARAMELO COM LEITE MAGRO CARAMEL FLAVOURED FRAPPÉ WITH SKIMMED MILK	Y																				✓							
SMOOTHIE BERRIES & CHERRIES BERRIES & CHERRIES	Y	Y																										
SMOOTHIE PEACH ME UP PEACH ME UP SMOOTHIE	Y	Y																										
We prepare our freshly made food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.																												
17 de Outubro 2025 v1, pag. 21/22																												

Chave: ✓ (Produto contém) Y (Adequado para)			Bebidas do Barista / Barista Prepared Drinks Preparamos diariamente, nas nossas lojas, produtos frescos e bebidas elaboradas pelos nossos Baristas. Os nossos procedimentos estão concebidos para manter a máxima segurança e evitar a presença de vestígios de alérgenos. Contudo, não podemos garantir em absoluto que todos os produtos servidos ao público, incluindo os produtos vegan, não tenham entrado em contacto com alérgenos que não façam parte da sua composição normal, por ação ou omissão de terceiros. Os produtos vegan são feitos de acordo com uma receita vegan, mas não são adequados para pessoas com alergia a leite ou a ovos.																										
Produto / Product	Vegetariano/ Vegetarians	Apto para Veganos / Vegan Friendly	Amendoins	Frutos de Casca Rija/Tree nuts								Sésamo	Cereais que contém glúten / Cereals containing gluten						Crustáceos	Aipo	Ovo	Peixe	Leite	Tremoços	Moluscos	Mostarda	Soja	Sulfitos	
				Amêndoa	Castanhas do Brasil	Castanhas de Caju	Avelã	Macadâmia	Nozes Pécan	Pistácio	Noz		Cevada	Kamut (Trigo)	Aveia	Centeio	Espelta (Trigo)	Trigo											
			Peanut	Almond	Brazil Nuts	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio	Walnut	Sesame	Barley	Kamut (Wheat)	Oats	Rye	Spelt (Wheat)	Wheat	Crustacean	Celery and celeriac	Egg	Fish	Milk	Lupin	Molluscs	Mustard	Soya	Sulphites	
Bebidas festivas / Seasonal Drinks																													
ICE TEA DE FRAMBOESA & LIMA RASPBERRY & LIME ICED TEA	Y	Y																											
ICE TEA DE MARACUJÁ PASSION FRUIT ICED TEA	Y	Y																											
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM LEITE MEIO-GORDO PUMPKIN SPICE LATTE WITH SEMI-SKIMMED MILK	Y																				✓								
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM LEITE MAGRO PUMPKIN SPICE LATTE WITH SKIMMED MILK	Y																				✓								
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM BEBIDA DE AVEIA PUMPKIN SPICE LATTE WITH OAT VEGETABLE DRINK	Y	Y										✓																	
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM BEBIDA DE COCO PUMPKIN SPICE LATTE WITH COCONUT VEGETABLE DRINK	Y	Y																											
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM BEBIDA DE SOJA PUMPKIN SPICE LATTE WITH SOY VEGETABLE DRINK	Y	Y																							✓				
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM LEITE MEIO-GORDO COM GELO ICED PUMPKIN SPICE LATTE WITH SEMI-SKIMMED MILK	Y																				✓								
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM LEITE MAGRO COM GELO ICED PUMPKIN SPICE LATTE WITH SKIMMED MILK	Y																				✓								
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM BEBIDA DE AVEIA COM GELO ICED PUMPKIN SPICE LATTE WITH OAT VEGETABLE DRINK	Y	Y										✓																	
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM BEBIDA DE COCO COM GELO ICED PUMPKIN SPICE LATTE WITH COCONUT VEGETABLE DRINK	Y	Y																											
LATTE DE PUMPKIN SPICE COM BEBIDA DE SOJA COM GELO ICED PUMPKIN SPICE LATTE WITH SOY VEGETABLE DRINK	Y	Y																							✓				
We prepare our freshly made food and Barista-made drinks in our shops every day. We use many ingredients and shared equipment, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross-contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.																													
17 de Outubro 2025 v1, pag. 22/22																													