



Escola Superior de Turismo e Hotelaria
Instituto Politécnico da Guarda

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Restauração e Catering

Ana Carolina Caçote dos Santos
Setembro 2010



Escola Superior de Turismo e Hotelaria de Seia

Instituto Politécnico da Guarda

Setembro, 2010

Carolina Santos nº6001015

**Relatório Sumativo de Estágio no
Departamento de Alimentação e Bebidas**



Blue & Green
Vilalava
THALASSA RESORT

Agradecimentos

Os meus agradecimentos vão fundamentalmente para todos aqueles que me acompanharam de perto e de longe em período e estágio. O seu apoio e orientação foram fundamentais. Quero deixar um agradecimento especial à minha família, às duas amigas, colegas e companheiras de estágio, Carla Pereira e Joana Henriques, ao Vilalara Thalassa Resort, principalmente as pessoas que integram o departamento de alimentação e bebidas, à equipa do Thalasso e os restantes elementos do Vilalara, sem eles o estágio não teria corrido tão bem. Gostaria de agradecer ainda ao departamento de estágios da escola, ao professor António Melo e à professora Zaida Pinto, pela preocupação e o apoio que demonstraram durante todo o período de estágio, e sobretudo por toda a dedicação durante o ano lectivo, que tornou o estágio extremamente aliciante.

Resumo

Este Relatório Sumativo de Estágio subdivide-se em três partes distintas. A primeira parte é composta em quatro capítulos, nos quais se faz uma breve apresentação do aluno, da empresa onde se desenvolveu o estágio, do Orientador e do Supervisor. Na segunda parte é apresentada uma descrição mais completa da empresa e da secção onde o estágio teve lugar. A terceira parte e ultima parte do trabalho é formado pela bibliografia que serviu de suporte a elaboração do relatório e seus anexos.

Abstract

This Professional Training is divided in to tree distinct parts. The first part is composed of four chapters, of a small observation of the student, company, the tutor and of the supervisor. The second part is a description of the company and the place where the training took place. After it is made critical analyses about the trainee and an evaluation of the student himself. The third part and the last part of the report is formed by of Professional Training and by the bibliography of the report.

ÍNDICE GERAL

Agradecimentos	I
Resumo	II
ÍNDICE GERAL	III
ÍNDICE DE FIGURAS	VI
Parte I	1
1. Identificação do Aluno	2
Nome	2
Número	2
Ano	2
2. Identificação da Empresa	2
Nome	2
Tipologia e categoria	2
Morada	2
Contactos	2
3. Identificação do Orientador	3
Nome	3
Cargo	3
4. Identificação do Supervisor	3
Nome	3
Cargo	3
Parte II	4
1. Apresentação da empresa	5
Nome	5
Localização	5
Como chegar	5
Ficha técnica dos serviços da empresa	6
Historia	7

Quartos	8
Kids Club.....	9
Jardins.....	9
Serviços	10
Centro de Talassoterapia e Spa (Figura 8).....	11
Eventos	11
Sabores	12
Terrace Grill	13
Tonic Lounge Bar.....	14
Bar Thalasso	14
Organigrama da empresa.....	14
Análise crítica da empresa.....	14
2. Estágio curricular.....	15
Plano de execução	15
Área de produção alimentar.....	15
Identificação da secção	15
Período de estágio.....	15
Descrição da organização, procedimentos e dinâmicas.....	16
Estrutura do pessoal e hierarquia.....	17
Função e tarefas executadas	17
Análise crítica.....	18
Aspectos positivos.....	18
Aspectos negativos	18
Auto análise	19
Relevância do estágio na progressão académica e profissional.....	19
Aspectos positivos	20
Aspectos negativos	20

Sugestões	20
Bibliografia	21
PARTE III	22
Anexos	22
Anexo I	23
Anexo II	24

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Logótipo da Empresa.....	5
Figura 2 - Localização Territorial do Resort.....	5
Figura 3 - Apartamentos do Resort.....	6
Figura 4 - Vilalara na década de 70.....	7
Figura 5 -Uma das Suites do Hotel.....	8
Figura 6 - Kids Club.....	9
Figura 7 - Anfiteatro Natural com vista para o mar.	10
Figura 8 - Centro de Thalassoterapia e Spa.....	11
Figura 9 - Restaurante B&G.....	12
Figura 10 - Buffet ao pequeno almoço na sala de Show Cooking.....	13
Figura 11 - Restaurante Terrace Grill.....	13
Figura 12 - Buffet de saladas no Barbecue.....	16
Figura 13 - Buffet de sobremesas no Barbecue.....	16
Figura 14 - Amuse-Bouche servido numa determinada noite.....	16
Figura 15 - Sandes para a praia.....	16
Figura 16 - Salada de pato fumado com vinagrete de frutos silvestres.....	17
Figura 17 - Crepes de maracujá com morangos.....	17
Figura 18 - Chapata de atum.....	17

RELATÓRIO SUMATIVO DE ESTÁGIO

Parte I

1. Identificação do Aluno

Nome

Ana Carolina Caçote dos Santos

Número

6001015

Ano

1º Ano do Curso de Restauração e Catarino

2. Identificação da Empresa

Nome

Vilalara Thalassa Resort

Tipologia e categoria

Resort de cinco estrelas

Morada

Praia das Gaivotas

Alporchinhos - Porches

8400-450 Lagoa

Algarve - Portugal

Contactos

Telefone Geral: + 351 282 320 000

Fax Geral: + 351 282 320 077

e-mail: reservas@vilalararesort.com

Telefone directo das reservas: + 351 282 320 123

3. Identificação do Orientador

Nome

Paulo Miguel

Cargo

Subchefe Executivo

4. Identificação do Supervisor

Nome

Mestre Zaida Pinto

Cargo

Professora da ESTH

RELATÓRIO SUMATIVO DE ESTÁGIO

Parte II

1. Apresentação da empresa

Nome

Vilalara Thalassa Resort



Figura 1 - Logótipo da Empresa.

Localização

Praia das Gaivotas

Alporchinhos - Porches

8400-450 Lagoa

Algarve - Portugal

Telefone Geral: + 351 282 320 000

Fax Geral: + 351 282 320 077

e-mail: reservas@vilalaresort.com

Telefone directo das reservas: + 351 282 320 123

Como chegar

37°05'57" - Norte | 8°22'49" – Oeste

- Aeroporto – Vilalara Thalassa Resort

Saindo do aeroporto de Faro, seguimos as indicações para Portimão/Loulé. Cerca de 4 km depois iremos encontrar a estrada A22. Escolhemos o sentido Portimão/Lisboa. Deixamos a A22 na saída 7 (Alcantarilha/Armação de Pêra), na primeira rotunda seguimos pela N125 na direcção Portimão/Lagoa. Cerca de 5 km depois, em



Figura 2 - Localização Territorial do Resort

Porches, viramos à esquerda na direcção de Armação de Pêra. Após supermercado Intermarché saímos à direita seguindo as placas informativas do resort. Um quilómetro depois, chegamos ao destino.

- Lisboa – Vilalara Thalassa Resort

Saindo da auto-estrada (A2), vamos encontrar a A22. Seguimos as indicações Albufeira/Portimão. Deixamos a A22 na saída 7 (Alcantarilha/Armação de Pêra), na primeira rotunda seguimos pela N125 na direcção Portimão/Lagoa. Cerca de 5 km depois, em Porches, viramos à esquerda na direcção de Armação de Pêra. Após supermercado Intermarché saímos à direita seguindo as placas informativas do resort. Um quilómetro depois, chegamos ao destino. (Figura 2)

Ficha técnica dos serviços da empresa

Situado próximo de Lagoa, a 50 km do aeroporto de Faro o Blue&Green Vilalara Thalassa Resort é uma referência de requinte, conforto e exclusividade.

É, enquanto observamos e desfrutamos do cenário no qual estamos envolvidos, que se percebe a verdadeira essência e a magia do empreendimento. Um espaço fascinante onde todos os detalhes foram pensados em função do bem-estar.

Voltado ao mar, sobre a falésia da Praia das Gaivotas, com uma área de 12 hectares, a

maioria dos quais habitados por magníficos jardins. O Resort é composto por 100 suites júnior, 11 suites e 13 apartamentos (Figura 3), numa arquitectura baixa de linhas e cores suaves que parece ter sido inspirada em Gaudí.



Figura 3 - Apartamentos do Resort

Integra, ainda, um restaurante de cozinha portuguesa e menus gourmet de baixas calorias e um outro com jantares temáticos e barbecue, seis piscinas exteriores de água doce ou do mar e, aquela

que é uma das suas principais imagens de marca, o Centro de Talassoterapia e Spa, o primeiro em Portugal e um dos mais conceituados do mundo.

Historia

Os 12 hectares onde está implantado o Resort foram escolhidos a partir do mar, num passeio de barco feito, em 1966, por George Ansliy, um inglês que construiu o empreendimento inspirado na zona mais luxuosa da Sardenha.

Ajudado pelo genro, o Arqº Almeida Araújo, George Ansliy dá início à construção de um projecto turístico no local. Inicialmente são construídas vilas que são vendidas a privados. Da lista de compradores, fizeram parte, entre outros, os nomes de Lady Goldsmith, Lord Duncan Sandys, Dom Vasco da Cunha e Eva Gabor.

Entretanto, em 1967, surge um acontecimento que viria a ter uma influência histórica e decisiva na designação deste belo projecto: - o nascimento de Lara, neta de George Ansliy. A propriedade passou então a chamar-se “VILALARA” em homenagem à jovem recém nascida.

Mais ou menos por esta altura, em 1968, o Sr. Léon Levy, visita a propriedade, e apaixona-se perdidamente pelo local. Dois anos mais tarde adquire VILALARA transformando-a num “Clube Privado”. (Figura 4)



Figura 4 - Vilalara na década de 70.

VILALARA continuou a crescer ao longo dos anos, transformando-se num paraíso escondido, de rara beleza e discrição, com um enquadramento paradisíaco, capaz de satisfazer a clientela mais exigente, que procura privacidade e exclusividade. Pela mão do Sr. Léon Levy e do Arqtº. Ramiro Laranjo, VILALARA progride na sua evolução,

sempre respeitando o traços originais e transformando-se, gradualmente, no aldeamento que hoje.

Em 1990, o primeiro centro de Talassoterapia de Portugal, é construído em VILALARA. A concepção deste centro para curas e terapias à base de água do mar deve-se a Jean Bobet, de Biarritz, – uma das maiores celebridades mundiais em Talassoterapia, ao arquitecto de Vilalara, Ramiro Laranjo, e a Samuel Paillat, um decorador de interiores de Genève.

Com uma área de 2,600 m² o Centro de Talassoterapia está sempre em constante renovação e actualização, oferecendo os mais recentes e sofisticados equipamentos disponíveis no mercado.

Em Setembro de 2007, O grupo Amorim Turismo adquire a totalidade do resort, agora designado por VILALARA THALASSA RESORT, o segundo hotel da holding a ser desenvolvido pela marca Blue&Green Hotels.

No dia 20 de Junho de 2009, após oito meses de obras de renovação, o primeiro resort cinco estrelas do Algarve – o Blue&Green Vilalara Thalassa Resort reabriu com uma nova imagem, adaptado às exigências do mercado e capaz de satisfazer as expectativas dos seus clientes.

Quartos

O Vilalara Thalassa Resort é composto por 104 Suites Júnior, 7 suites (Figura 5) e 13 apartamentos. Todos com acesso gratuito à Internet sem fios. Os quartos têm áreas amplas, são confortáveis e estão decorados em tons neutros em harmonia com a envolvente que rodeia o resort: a Natureza. Todos têm um terraço privativo com vista para os jardins, para o mar ou para as piscinas.



Figura 5 -Uma das Suites do Hotel.

Com acesso directo à praia das Gaivotas, o Resort dispõe de um serviço exclusivo e de apoios de praia únicos. Mas pode optar por um passeio através dos exuberantes jardins que enchem os 11 hectares do empreendimento, com arbustos, plantas e flores provenientes dos quatro cantos do mundo. Um privilégio para apreciadores.

Kids Club

A Blue&Green - Hotels with a new attitude, criou um novo conceito de diversão num espaço dedicado às crianças entre os 3 e os 12 anos de idade. O Koala Club (Figura 6) oferece actividades "indoor" e "outdoor" onde o lema é "diversão com qualidade e criatividade em segurança".



Figura 6 - Kids Club

O programa de entretenimento é variado e com o novo formato as crianças que fazem parte deste

clube vão poder entrar num mundo de fantasia onde se tornam verdadeiros exploradores na companhia das personagens criadas, o koala e kookaburra e dos animadores profissionais. A história deste clube, pensada para os clientes de palmo e meio, desenrola-se ao som do seu próprio hino.

Época Média - aberto de 4ª a Domingo - 9:30 às 13:00 - 14:00 às 18:00

Época Alta - aberto todos os dias das 9:30 às 18:00 - Missões nocturnas Terças e Quintas das 20:00 às 22:30

Programas diários bem como festas de aniversário temáticas

Baby-sitting (mediante solicitação)

Jardins

O Vilalara Thalassa Resort é um autêntico oásis verdejante, plantado à beira mar. São 11 hectares de jardins compostos por árvores, arbustos, plantas e flores provenientes dos

quatro cantos do mundo, e onde a brisa marítima se mistura com os aromas das tulipas, íris e gerânios, enquanto se descobre um verde intenso recheado das mais variadas espécies botânicas.

São mais de 150 espécies que o convidam os clientes a passeios relaxantes, descobrindo aromas e cores, seguindo um dos dois percursos botânicos pensados para quem visita o Vilalara. Aproveite a vista que o acompanha para todo o lado; que começa no terraço do seu quarto e se perde na linha do horizonte, onde o Atlântico se cola ao céu.

O resort conta agora com um anfiteatro com vista para o mar que se integra na perfeição com a natureza. (Figura 7)



Figura 7 - Anfiteatro Natural com vista para o mar.

Serviços

Se há locais privilegiados pelo cenário em que estão, o Blue&Green Vilalara Thalassa Resort é um deles, pela vista magnífica que oferece, pelos exuberantes jardins, pela alma que podemos encontrar dentro dos seus 12 hectares. Nascido junto ao mar e envolto num verde exótico, o Vilalara Thalassa Resort é um espaço exclusivo dedicado ao bem-estar. Aqui vive-se um conceito de férias diferente, onde o ioga, as massagens, a talassoterapia e uma alimentação cuidada contribuem para uma estada mais saudável.

Centro de Talassoterapia e Spa (Figura 8)

2600 m2

Mais de 50 tratamentos diferentes

Cabines para tratamentos secos e húmidos

Quatro campos de ténis

Acompanhamento por um profissional (mediante solicitação prévia)

Ginásio

Marcação de green-fees nos campos de golfe circundantes



Figura 8 - Centro de Talassoterapia e Spa

Centro de Estética e Cabeleireiro

Gabinete de Osteopatia

Bar Thalasso - Menus gourmet de baixas calorias

Seis piscinas exteriores (quatro de água do mar, sendo uma aquecida)

Salas de reunião e eventos

O Vilalara Thalassa Resort oferece, ainda, variadíssimas actividades coordenadas por animadores e monitores do resort: ginástica, introdução ao bodybuilding, dança, iniciação ao tai chi chuan, ioga ou, simplesmente, passeios e jogos de praia.

Para as crianças, a partir dos três aos 12 anos, temos programas especialmente pensados para elas, durante todo o ano.

Eventos

No Vilalara é possível tratar de negócios, ao mesmo tempo que se usufrui das ofertas do mesmo.

Partindo de uma análise detalhada dos objectivos e de acordo com as necessidades sentidas por quem o procura, organizam todo o tipo de eventos. Desde reuniões de incentivo – cada vez mais as empresas reconhecem a importância fulcral da realização de encontros com os seus colaboradores, clientes ou parceiros como forma de comunicação e motivação dos seus participantes – convenções, jantares de gala e apresentação de novos produtos.

Os serviços de apoio e as grandes áreas envolventes são ideais para conferências ou recepções, permitindo que os convidados circulem num ambiente de requinte e sempre com a natureza como pano de fundo.

Também são organizados casamentos ou, se for esse o caso, a celebração de outras datas especiais. O Vilalara Thalassa Resort conta com uma estrutura qualificada de recursos humanos pronta a responder a todas as exigências, disponibilizando uma localização única e um serviço de qualidade.

O resort dispõe de uma sala para reuniões e dois salões para eventos com luz natural e deck exterior com vista mar.

Gastronomia

Sabores

Junto à piscina da falésia encontram-se os dois restaurantes do resort, totalmente renovados e redesenhados.

O Restaurante B&G, apresenta uma carta de cozinha portuguesa reinventada, com receitas inovadoras e aposta em produtos locais de qualidade. Neste espaço poderá ainda experimentar um dos nossos deliciosos menus gourmet de baixas calorias.

O Terrace Grill, com a natureza como pano de fundo, serve peixe fresco, marisco e barbecues no Verão com música ao vivo.

Ainda junto à piscina, encontra-se o Tonic Lounge Bar com um agradável deck exterior e uma vista magnífica sobre o mar.

Dois restaurantes, o mesmo desafio, oferecer uma gastronomia variada que alia o melhor dos paladares da cozinha portuguesa e internacional a um ambiente único, num encontro de sabores e criatividade. Tudo isto temperado com um ingrediente fundamental: a paixão de bem receber.

Restaurante B&G

O restaurante B&G (Figura 9) situado no piso superior, com vista panorâmica sobre



Figura 9 - Restaurante B&G

o mar, foi totalmente renovado e oferece receitas portuguesas inovadoras com recurso a produtos locais de qualidade.

Para aqueles que estão em tratamentos de Talassoterapia, sugerimos os nossos menus gourmet de baixas calorias.

Serviço buffet ao pequeno-almoço (Figura 10) e “à la Carte” ao almoço e jantar.

Capacidade

Interior - 80 pessoas / Exterior – 100 pessoas.



Figura 10 - Buffet ao pequeno almoço na sala de Show Cooking

Horário de funcionamento

Pequeno-almoço: 07:30h / 10:30h

Almoço: 12:30h / 15:00h (de Novembro a Março)

Jantar: 19:30h / 22:00h (Verão)

19:00h / 21:30h (Inverno)

Terrace Grill

O Restaurante Terrace Grill (Figura 11) está situado no piso inferior, junto à piscina da falésia, com a natureza como pano de fundo. A ementa é variada e existem jantares temáticos no Verão e Barbecues, com música ao vivo.

Especialidades

grelhados peixe, marisco e carne.



Figura 11 - Restaurante Terrace Grill

Capacidade

100 pessoas.

Horário de funcionamento

Almoço: das 12:30h / 15:00h (de Abril a Outubro)

Jantar: das 19:30h / 22:00h (Verão)

Tonic Lounge Bar

Junto à piscina da falésia existe agora o Tonic Lounge Bar com um deck exterior e uma vista magnífica sobre o mar.

Ótimo sítio para saborear variadíssimos cocktails clássicos mais exclusivos.

Bar Thalasso

O bar do Thalasso situado junto ao centro de Thalassoterapia, existe para complementar os tratamentos do SPA com fusão de uma alimentação saudável. Servem-se diversas refeições de saladas, sopas e sandes com poucas calorias. Também serve variadíssimos cocktails de frutas com baixas calorias.

Organigrama da empresa

Visto que o organigrama da empresa apresenta grandes dimensões, está disponível em anexo. (Anexo I)

Análise crítica da empresa

Tendo em conta que os aspectos positivos superam os negativos é se salientar que apesar de ser uma empresa com poucos aspectos negativos, apresenta diversas lacunas relativamente a estágios. Problemas como alojamento e remuneração foram motivos de desmotivação por parte de todos os estagiários. Tudo isto porque gerei uma elevada expectativa quanto ao estágio e aos seus serviços, como estagiária do grupo. Fui informada de varias regalias de que iria usufruir, a quando da entrevista feita antes do estagio no edifício do grupo Amorim em Lisboa, coisa que mais tarde não se veio a verificar.

2. Estágio curricular

Plano de execução

Durante todo o período efectuei dois horários distintos. Entrei sempre as 10h, e consoante as secções para onde era destacada, fazia horário repartido (das 10h às 15h30 e 19h às 22h30) ou horário seguido (das 10h até as 18h30).

Os dois dias de descanso foram sempre, ao Domingo e à Segunda-feira.

Área de produção alimentar

Identificação da secção

O estágio na área de produção alimentar decorreu na maioria das secções. Foram elas: Garde-Manger da Cozinha do Grill, Grill-Quente, Garde-Manger da Cozinha Principal, na Cozinha Principal, no Bar do Thalasso, Barbecue e Pastelaria.

Período de estágio

Durante os dois meses em que estagiei no Vilalara Thalassa Resort, apenas passei pela área de produção alimentar, de onde passei por várias secções nela existentes. Deste modo, entre o dia 26 de Julho e 26 de Setembro passei por várias secções. Nas primeiras cinco semanas estive no Garde-Manger da cozinha do Grill e no Garde-Manger da Cozinha Principal, as primeiras três semanas fiz horário repartido, das 10h às 15h e das 19h às 22h30, as duas restantes fiz horário seguido, das 10h às 18h30. Durante as primeiras semanas fui também destacada para fazer as “Noites de Barbecue” (Figuras 12 e 13), que eram feitas à sexta-feira. Houve dias que no horário da noite também estive na Cozinha Principal.

Nas duas primeiras semanas de Setembro estive no Bar do Thalasso. Na semana seguinte, estive em dois locais, novamente na Cozinha do Grill-Quente e no Bar do Thalasso, com horário seguido.

Finalmente na última semana estive na Pastelaria do hotel, com horário repartido.

Descrição da organização, procedimentos e dinâmicas

A área da produção alimentar divide-se nas seguintes secções:

- Cozinha Principal: encontra-se dividida em quatro secções, são elas: da carne, do peixe e marisco, garde-manger e a de legumes. Nesta secção eram confeccionados todos os pedidos à carta para o restaurante B&G. *room service* e preocupações de *mise-en-places*.



Figura 13 - Buffet de sobremesas no Barbecue



Figura 12 - Buffet de saladas no Barbecue



Figura 14 - Amuse-Bouche servido numa determinada noite



Figura 15 - Sandes para a praia

Escola Superior de Turismo e Hotelaria de Seia

- Grill: onde se preparavam todo o tipo de snacks, saladas e sandes, (Figura18) que eram servidas para o restaurante Terrace Grill, para a piscina e para o bar da praia (Figura 15).

- Grill-Quente: secção que servia uma enorme variedade de peixe mariscos e carnes grelhados, massas e algumas especialidades gastronómicas.

- Bar do Thlasso: tal como o nome indica,

este era o bar de apoio ao centro de Thalassoterapia. Aqui eram servidas algumas iguarias dietéticas, destinadas exclusivamente a clientes em tratamento, bem como, saldas, sandes, sumos nutritivos e algumas sobremesas. (Figuras 16 e 17)

- Pastelaria: aqui eram confeccionados todos os doces, todas as frutas e gelados que eram pedidos para o restaurante Terrace Grill, restaurante B&G, Bar do Thalasso e Bar da praia.

Estrutura do pessoal e hierarquia

O organigrama da secção de produção alimentar embora tenha sido pedido não foi facultado pela empresa.

Função e tarefas executadas

Durante o tempo que estive no Garde-Manger do Grill, efectuei diversas tarefas, fiquei responsável por todo o tipo de sandes e saladas que ali eram confeccionadas, bem como todas as *mise-en-places* correspondentes.



Figura 16 - Salada de pato fumado com vinagrete de frutos silvestres



Figura 17 - Crepes de maracujá com morangos



Figura 18 - Chapata de atum

Escola Superior de Turismo e Hotelaria de Seia

No Garde-Manger da Cozinha Principal, fiquei responsável pelo buffet das saladas que eram servidas no dia seguinte no Terrace Grill, bem com a mise-en-place, a confecção e o empratamento das saladas, tapas e *amuse-bouche* (Figura 14) que eram servidas no restaurante Blue&Green aos jantares.

Na cozinha do Grill colaborei com os profissionais de cozinha, desde a preparação passando pela confecção até ao empratamento.

No Bar do Thalasso a minha função era ser responsável pela parte de toda a comida que ali era confeccionada bem como apoiar e colaborar com um colega profissional que era responsável pelo bar e por toda a parte de bebidas.

Na Cozinha Principal trabalhei ao lado da “velha-guarda”, nos empratamentos.

Por fim, na Pastelaria ajudava na confecção e empratamento de todas as iguarias doces do hotel.

Observação: Estão em anexo os restantes elementos que achei pertinentes colocar no relatório para melhor explicação dos serviços do hotel na parte de produção alimentar.

Análise crítica

Aspectos positivos

Ao fim de dois meses de estágio na área de produção alimentar posso afirmar que são muitos os aspectos positivos. A equipa no seu todo forma uma equipa exemplar, trabalhadora e eficaz. O ambiente que se vive na cozinha é fantástico e muito descontraído não descurando nunca o profissionalismo. Nesta área fui recebida, bem como os meus colegas Carla Pereira e Vítor Gomes, de forma excepcional por todos. Não só não existia uma divisão de tarefas para estagiários e funcionários, como estes últimos se mostraram sempre dispostos ajudar, ensinar e esclarecer qualquer dúvida, mostrando-se sempre compreensivos.

Aspectos negativos

Não há aspectos negativos a apontar.

Auto análise

A realização de um estágio num Resort da categoria do Vilalara Thalassa Resort é já à partida um grande privilégio. Como tal, sinto-me orgulhosa de poder juntar ao meu currículo a experiência que tive durante estes dois meses.

Adquiri conhecimentos práticos e teóricos sobre o funcionamento correcto que devem adaptar, e superar situações, por vezes, peculiares. Creio que consegui integrar-me numa equipa de bons profissionais que me facultaram todo o apoio que necessitei.

No que diz respeito às minhas expectativas sobre este estágio, posso afirmar sem sombra de dúvida que os objectivos foram atingidos, uma vez que, na minha opinião, consegui realizar com assiduidade e pontualidade todas as tarefas que me foram distribuídas.

O estágio é uma mais-valia para o aluno/estagiário, mas também dá oportunidade às empresas de saberem com quem futuramente poderão contar, caso necessitem alargar os seus quadros de pessoal.

Seria também interessante que houvesse uma maior interligação entre as empresas e as escolas, para melhor ajustamento dos planos curriculares à realidade do mundo laboral.

Em suma, a experiência vivenciada foi enriquecedora uma vez que apliquei conhecimentos teóricos e práticos das aulas do primeiro ano do curso de Restauração e Catering e que possibilitou o desenvolvimento pessoal e profissional.

3. Conclusão

Relevância do estágio na progressão académica e profissional

No final do estágio no departamento de alimentação e bebidas, realizando uma retrospectiva posso concluir que o estágio foi muito enriquecedor, não só a nível profissional mas também a nível pessoal. A nível profissional foi bom pois deparei-me com situações que mais tarde quando terminar o curso vou ter de enfrentar. A nível

peçoal pois devido a essas situações tornei-me mais desinibida e capaz de resolver qualquer tipo de situação.

Em suma, posso dizer que o estágio foi muito bom, tendo um ambiente muito bom com a equipa de trabalho, ajudando muito no seguimento de um bom trabalho e um bom resultado final, fazendo com que toda a gente saísse satisfeita.

Aspectos positivos

Fazendo um balanço destes dois meses de estágio posso afirmar que foi muito positivo e enriquecedor. Tendo posto em prática todos os conhecimentos adquiridos durante o ano inteiro, como também ter-me feito crescer. Também gostava de referir que este estágio serviu também para conhecer novas pessoas dando-me a possibilidade de crescer como pessoa e nas relações humanas, o que é fundamental nesta área profissional.

Aspectos negativos

Nesta parte apenas tenho a dizer que fiquei muito descontente com as condições dadas pelo resort, tanto alojamento como remuneração retirada para pagar o alojamento. Também nos foi dito que nos forneciam fardamento do resort e nunca nos foi dado nada. Fora isso apenas tenho a dizer que fui um pouco iludida para lá pois foi o que nos fizeram acreditar na entrevista.

Sugestões

Na minha opinião os estágios são muito importantes no desenvolvimento das capacidades profissionais ainda mais nesta área em que o contacto com o cliente dita o sucesso do negócio. Para além da experiência profissional, durante o período de estágio temos a oportunidade de conhecer novos sítios e pessoas o que torna esta experiência ainda mais gratificante. Sem mais a acrescentar fica o conselho da minha parte para fazerem o estágio no Vilalara Thalassa Resort, um magnífico espaço para se estagiar, não só pelo facto de pertencer a uma cadeia hoteleira de renome, mas também pelo saudável ambiente que existe entre todos os funcionários.

Bibliografia

- <http://www.vilalaresort.com/>
- Manual de acolhimento Amorim Turismo 2010

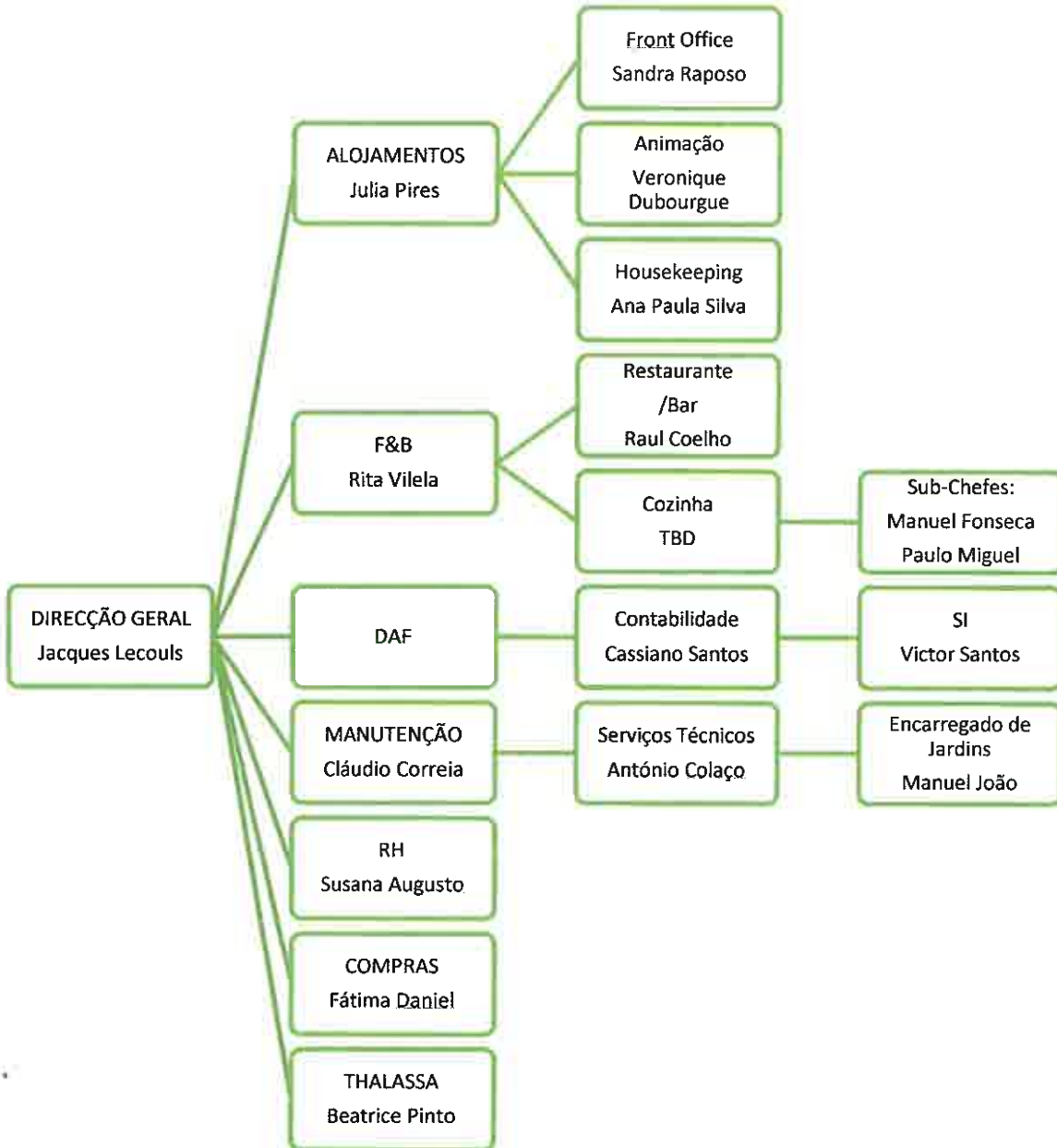
RELATÓRIO SUMATIVO DE ESTÁGIO

PARTE III

Anexos

Anexo I

Organigrama



Anexo II

Das 12:30h às 15:00h e das 19:00h às 22:30h
From 00:30 p.m. to 03:00 p.m. and from 07:00 p.m. to 10:30 p.m.
De 12:30 heures à 15:00 heures et de 19:00 heures à 22:30 heures

ENTRADAS . STARTERS . HORS.D'OEUVRES

Salada de tomate, beringela e mozzarella de búfala <i>Tomato, aubergine and buffalo mozzarella</i> Salade au tomate, aubergine et mozzarella de buffle	€ 11,00
Salada de frutas tropicais com camarão e miolo de caranguejo <i>Tropical fruits, shrimps and crab meat salad</i> Salade de fruits tropicaux, crevettes et crabe	€ 14,50
Melão com presunto Pata Negra . <i>Melon and Pata Negra cured ham</i> Melon au jambon cru Pata Negra	€ 15,00
Salada César com camarão . <i>Caesar salad with shrimps</i> Salade César aux crevettes	€ 13,00
Salada César com frango . <i>Caesar salad with chicken</i> Salade César au poulet	€ 12,00

PEIXES . POISSONS . FISH

Seleção de peixes grelhados com batatas a vapor e legumes do dia <i>Grilled fish selection, steamed potatoes, vegetables of the day</i> Sélection de poisson grillés, pommes de terre vapeur et légumes du jour	
Salmão com manteiga de ervas . <i>Salmon with herbs butter</i> Saumon aux beurre d'herbs	€ 20,00
Filete de cherne . <i>Stonebass fillet</i> . Filet de mérrou	€ 29,00
Filete de robalo . <i>Seabass fillet</i> . Filet de loup de mer	€ 27,00
Camarão salteado com ou sem piri-piri . <i>Sauteed shrimp with or without piri-piri</i> Crevettes sautées avec ou sans piri.piri	€ 27,00

CARNES . VIANDES . MEAT

Franguinho piri-piri . <i>Chicken piri-piri</i> . Coquelet au piri-piri	€ 19,00
Medalhões de porco Ibérico, molho de pimenta <i>Iberian pork medallions, pepper sauce</i> Médailles de porc Ibérique, sauce au poivre	€ 27,00
Entrecôte de novilho Angus "Café de Paris". <i>Angus entrecôte "Café de Paris"</i> Entrecôte Angus "Café de Paris"	€ 29,00
Acompanhado com legumes da época e batata palito ou cozida ou arroz Pilaf. <i>Accompanied with seasonal vegetables and fried or boiled potatoes or Pilaf rice.</i> Accompagné de légumes de saison et pommes frites ou cuit ou riz Pilaf.	

ABR 10

Gaspacho € 8,00	<i>Gazpacho</i> € 8.00
<u>Sandúiches abertas</u> servidas com pequena salada mesclun Pão a sua escolha: Pão achatado, Bolo do caco ou Chapata de cereias	<u>Open sandwiches</u> <i>served with a small mesclun salad</i> <i>Your choice of bread: Scandanavian Flat bread,</i> <i>Madeiran "Bolo do caco" or Wholewheat ciabatta</i>
Tomate com requeijão e orégãos € 8,00	<i>Tomato, fresh cheese and oregano</i> € 8.00
Salmão fumado com rúcula € 9,50	<i>Smoked salmon and rocket</i> € 9,50
Legumes assados e coulis de tomate € 9,00	<i>Grilled vegetables and tomato coulis</i> € 9.00
Mesclun de alfaces à Algarvia com polvo de coentrada € 9,50	<i>Mesclun of lettuce with Algarvian salad,</i> <i>cilandro-marinated octopus</i> € 9.50
Salada de camarão com frutos tropicais, vinagrete de manga e lima € 12,50	<i>Prawn and tropical fruits salad,</i> <i>mango and lime vinaigrette</i> € 12.50
Peito de pato fumado com morangos, mesclun de alfaces, vinagrete de frutos silvestres € 12,00	<i>Smoked duck breast with strawberries,</i> <i>lettuce mesclun,</i> <i>forest fruit vinaigrette</i> € 12.00
Salada de frutas € 7,00	<i>Fruit salad</i> € 7.00
Morangos ao natural € 7,00	<i>Strawberries</i> € 7.00
Crepe Bretonne de maracujá € 8,50	<i>Crepe Bretonne with passion fruit</i> € 8.50
Demi-cuit de chocolate light, molho de baunilha € 8,50	<i>Creamy light chocolate demi-cuit,</i> <i>vanilla sauce</i> € 8.50
Setembro 2009 . IVA incluído	<i>September 2009 . VAT included</i>

Menu

Salada Niçoise

Niçoise salad

ou/ or

Creme de cogumelos

Mushrooms cream soup

.

Filetes de rodvalho Grenobloise,

arroz de amêndoas e passas

Fillets of brill Grenobloise style,

almonds and dry raisin rice

ou/ or

Fillet mignon de porco preto com laranja

e canela, favas salteadas

Fillet mignon of Iberian black pork with orange

and cinnamon, sautéed fava beans

.

Fondant de chocolate e baunilha

Chocolate and vanilla fondant

ou/ or

Fruta da época

Fruit of the season

€ 45,00 . IVA incluído/ *Vat included*

Este menu destina-se também aos clientes

em meia-pensão e pensão completa.

This menu is also for clients in half-board and full-board.

Menu

Melão com presunto

Melon with smoked ham

ou/ or

Creme de cogumelos

Mushrooms cream soup

.

Arroz de marisco

Seafood rice

ou/ or

Fillet mignon de porco preto, batatas,

laranja e molho de alecrim

Black pork fillet, potatoes, orange

and rosemary sauce

.

Fondant de chocolate e baunilha

Chocolate fondant and vanilla

ou/ or

Fruta da época

Fruit of the season

€ 45,00 . IVA incluído/ *Vat included*

Este menu destina-se também aos clientes

em meia-pensão e pensão completa.

This menu is also for clients in half-board and full-board.

Menu

Cogumelos salteados com alho e coentros

Sautéed mushrooms with garlic and corianders

ou/ or

Creme de feijão vermelho

Red beans cream soup

*

Bacalhau à Lagareiro

Traditional dry codfish "Lagareiro" style

ou/ or

Bife à Portuguesa

Beef Portuguese style

*

Arroz doce, espetada de pêra bêbada, molho de chocolate

Sweet rice, pear in wine kebab, chocolate sauce

ou/ or

Fruta da época

Fruit of the season

€ 45,00

IVA incluído/ *Vat included*

Este menu destina-se também aos clientes

em meia-pensão e pensão completa.

This menu is also for clients in half-board and full-board

Menu

Carpaccio de salmão sobre rúcula, com alcaparras e cebola

Carpaccio of salmon over rocket, capers and onion

ou/ or

Creme de feijão vermelho

Red beans cream soup

*

Filete de dourada à Méunier

Goldenbreem fillet Méunier style

ou/ or

Entrecôte de novilho Angus grelhado, batatas Dauphinoise

Grilled entrecote of Angus beef, Dauphinoise potatoes

rocket risotto

*

Pêra com chocolate e gelado de baunilha

Pear with chocolate and vanilla ice cream

ou/ or

Fruta da época

Fruit of the season

€ 45,00 . IVA incluído/ Vat included

Este menu destina-se também aos clientes em meia-pensão

e pensão-completa.

This menu is also for clients in half-board and full-board.

Menu

Salada de beringela grelhada e gratinada

Grilled and gratinated aubergine salad

ou/ or

Sopa de cevadinha

Barley soup

*

Corvina com anis estrelado, penne "à la crème"

Croaker with star anise, penne "à la crème "

ou/ or

Tornedó de novilho com camarão, puré de batata com trufas

Beef tornedos with shrimps, mashed potato with truffles

*

Folhado de morango

Strawberry feuilleté

ou/ or

Fruta da época

Fruit of the season

€ 45,00 . IVA incluído/ *Vat included*

Este menu destina-se também aos clientes em meia-pensão

e pensão-completa.

This menu is also for clients in half-board and full-board.

Menu

Salada de tomate e mozzarella de búfala

Tomato and buffalo mozzarella salad

ou/ or

Creme de cenoura com presunto crocante

Carrot cream soup with crispy smoked ham

*

Pregado grelhado, pepino salteado com endro, ravioli de legumes

Grilled turbot, sautéed cucumber with dill, vegetables ravioli

ou/ or

Pelto de pato rôti, espinafres, pleurottes, lentilhas

Duck breast rôti, spinach, pleurottes, lentils

*

Crème brûlée de canela

Cinnamon crème brûlée

ou/ or

Fruta da época

Fruit of the season

€ 45,00 . IVA incluído/ Vat included

Este menu destina-se também aos clientes em meia-pensão
e pensão-completa.

This menu is also for clients in half-board and full-board

Menu

Carpaccio de bacalhau com wasabi e shoyu

Carpaccio of codfish with wasabi and shoyu

ou/ or

Sopa paisana de legumes

Chunky vegetable soup

Dourada em papillote, batata torneada

Goldenbream in papillote, potatoes

ou/ or

Supremo de pintada, molho balsâmico,

arroz de pinhões

Guinea fowl, balsamic sauce, pine nuts rice

Profiteroles

ou/ or

Fruta da época

Fruit of the season

€ 45,00

IVA incluído/ *Vat included*

Menu a ser usado pelos clientes em meia-pensão

e pensão-completa.

Menu for clients in half-board and full-board.

Das 12:30h às 15:00h e das 19:00h às 22:30h
From 00:30 p.m. to 03:00 p.m. and from 07:00 p.m. to 10:30 p.m.
De 12:30 heures à 15:00 heures et de 19:00 heures à 22:30 heures

ENTRADAS . STARTERS . HORS.D'OEUVRES

Salada de tomate, beringela e mozzarella de búfala <i>Tomato, aubergine and buffalo mozzarella</i> <i>Salade au tomate, aubergine et mozzarella de buffle</i>	€ 11,00
Salada de frutas tropicais com camarão e miolo de caranguejo <i>Tropical fruits, shrimps and crab meat salad</i> <i>Salade de fruits tropicaux, crevettes et crabe</i>	€ 14,50
Melão com presunto Pata Negra . <i>Melon and Pata Negra cured ham</i> <i>Melon au jambon cru Pata Negra</i>	€ 15,00
Salada César com camarão . <i>Caesar salad with shrimps</i> <i>Salade César aux crevettes</i>	€ 13,00
Salada César com frango . <i>Caesar salad with chicken</i> <i>Salade César au poulet</i>	€ 12,00

PEIXES . POISSONS . FISH

Seleção de peixes grelhados com batatas a vapor e legumes do dia <i>Grilled fish selection, steamed potatoes, vegetables of the day</i> <i>Sélection de poisson grillés, pommes de terre vapeur et légumes du jour</i>	
Salmão com manteiga de ervas . <i>Salmon with herbs butter</i> <i>Saumon aux beurre d'herbs</i>	€ 20,00
Filete de cherne . <i>Stonebass fillet</i> . Filet de mérrou	€ 29,00
Filete de robalo . <i>Seabass fillet</i> . Filet de loup de mer	€ 27,00
Camarão salteado com ou sem piri-piri . <i>Sauteed shrimp with or without piri-piri</i> <i>Crevettes sautées avec ou sans piri.piri</i>	€ 27,00

CARNES . VIANDES . MEAT

Franguinho piri-piri . <i>Chicken piri-piri</i> . Coquelet au piri-piri	€ 19,00
Medalhões de porco Ibérico, molho de pimenta <i>Iberian pork medallions, pepper sauce</i> <i>Médailles de porc Ibérique, sauce au poivre</i>	€ 27,00
Entrecôte de novilho Angus "Café de Paris". <i>Angus entrecôte "Café de Paris"</i> <i>Entrecôte Angus "Café de Paris"</i>	€ 29,00
Acompanhado com legumes da época e batata palito ou cozida ou arroz Pilaf. <i>Accompanied with seasonal vegetables and fried or boiled potatoes or Pilaf rice.</i> <i>Accompagné de légumes de saison et pommes frites ou cuit ou riz Pilaf.</i>	

OVOS E MASSAS . OEUFS ET PÂTES . EGGS AND PASTA

Omelete - cogumelos, mista ou camarão <i>Omelette - mushrooms, ham and cheese or shrimps</i> Omelette - champignons, jambon et fromage ou crevettes	€ 12,00
Esparguete – Bolonhesa, Napolitana, Bolonhesa ou Pesto <i>Spaghetti – Bolognese, Napolitaine, Carbonara, Pesto</i>	€ 13,00
Lasanha Bolonhesa gratinada <i>Gratinated bolognese lasagna</i> Lasagne bolognese gratinée	€ 13,50

SOBREMESAS . DESSERTS

Prato de fruta laminada . <i>Plate of sliced fruits</i> Plat de fruit laminée	€ 7,50
Tiramisu	€ 8,50
Mousse de dois chocolates <i>Two-chocolate mousse</i> Mousse aux deux chocolats	€ 8,00
Seleccção de queijos nacionais, compotas de figo e abóbora <i>Portuguese cheese selection, fig and pumpkin jam</i> Sélection de fromages portugaises, confiture de figues et citrouille	€ 9,50

2

Diariamente disponibilizamos uma sugestão do dia do nosso Restaurante, por favor contacte a ext. 10235.

Our restaurant offers a daily suggestion. For further details please dial ext. 10235

Tous les jours notre restaurant vous propose une suggestion. Nous vous prions de contacter à travers le n° 10235.

ABR 10

CARTA DE JANTARES

ENTRADAS STARTERS

Misto de Alfaces do Campo Lettuce mesclun	com requeijão, pêra laminada e cajum <i>With cottage cheese, sliced pear, cashew</i>	€ 12,00
Quiche de Iberian pork	chouriço de Porco Preto de Barrancos, compota de maçã e mesclun de alfaces <i>quiche of local sausage, apple compote, lettuce mesclun</i>	€ 14,00
Lagosta Lobster	em medalhões sobre pêra abacate, vinagrete de gaspacho <i>medallions over pear avocado, gaspacho vinaigrette</i>	€ 17,00

SOPAS SOUPS

Creme de Tomate Tomato cream soup	Servido com lascas de bacalhau e coentros <i>Served with dry codfish slices and corianders</i>	€ 9,50
Sopa de Peixe Fish soup	à Cataplana <i>Cataplana style</i>	€ 12,00

MASSA & ARROZ PASTA & RISOTTO

Vieiras Scallops	coradas, arroz de cogumelos de Monchique <i>seared, risotto of mushrooms from the Monchique mountains</i>	€ 14,50
Legumes Sauté Sautéed Vegetables	com noodles, algas arame e frango <i>With noodles, arame alga and chicken</i>	€ 16,00

Menu

Terrina de aves e foie gras, molho de frutos silvestres

Poultry and foie gras terrine, wild berries sauce

ou/ or

Minestrone

*

Espadarte grelhado, esparguete de legumes,

manteiga Café de Paris

Grilled swordfish, vegetables spaghetti,

Café de Paris butter

ou/ or

Peito de frango recheado com manga, molho de caril, risotto de rúcula

Stuffed chicken breast with mango, curry sauce,

rocket risotto

*

Crocante de pistache

Pistachio croquant

ou/ or

Fruta da época

Fruit of the season

€ 45,00 . IVA incluído/ Vat included

Este menu destina-se também aos clientes em meia-pensão

e pensão-completa.

This menu is also for clients in half-board and full-board.

MAR THE SEA

Bacalhau Codfish	com natas envolto em massa folhada, espinafres salteados, molho de salsa <i>with cream wrapped in puff pastry, sautéed spinach, parsley sauce</i>	€ 25,00
Dourada Golden bream	marinada e grelhada, batata, tomate e cebola confitada, manteiga de vinho tinto do Douro <i>marinated and grilled, slow cooked potato, onion and tomato, butter of red wine from the Douro valley</i>	€ 27,00
Tamboril Monkfish	em medalhões, camarões salteados com linguini de tinta de choco, e molho de crustáceos <i>medallions, stir-fried prawns, cuttlefish ink linguini, Lobster bisque sauce</i>	€ 28,50
Grelhado do dia Catch of the day	em filete, legumes da época, batata ao vapor, molho manteiga <i>filleted, grilled, seasonal vegetables, steamed potatoes, butter sauce</i>	€ 27,50

TERRA THE LAND

Supremo de Frango do campo Free range chicken	como um Saltimboca, gratinado de batata, legumes assados e molho de salva <i>Saltimbocca, gratinated potatoes, roasted vegetables, sage sauce</i>	€ 24,00
Porco Preto Iberian pork	Em lombinho, pasta de pimentão e coentros, acompanha com migas de ameijoia, molho demi-glace com ameijoia <i>In small loins, bell pepper and corianders cream, "migas" of clams</i>	€ 26,50
Borrego Lamb	em carré, crosta de cebolada, com cevadinha cremosa de cogumelos e seu molho de alecrim perfumado com madeira <i>Carré, with an onion crust, creamy barley with mushrooms</i>	€ 28,00
Tornedó de Novilho Meat lover's steak	220 gramas de lombo Angus, grelhado ao seu gosto, batata palito e legumes da época <i>220 grams of Angus filet, grilled to your choice, French fried potatoes and seasonal vegetables</i>	€ 28,50

Room Service

Das 10:30h às 23:00h . *From 10:30 a.m. to 11:00 p.m*
De 10:30 heures à 23:00 heures

SANDES . SANDWICHES

Atum, aipo, azeitonas, alface e tomate em ciapatta com cereais <i>Tuna fish, celery, olives, lettuce and tomato in ciapatta with cereals bread</i> Thon, céleri, olives, laitue et tomate, pain ciapatta aux céréales	€ 9,00
Frango e legumes assados em ciapatta com cereais <i>Chicken and roasted vegetables in ciapatta with cereals bread</i> Poulet et légumes rôtis, pain ciapatta aux céréales	€ 9,00
Carne assada, bacon e queijo Brie em ciapatta com cereais <i>Roasted meat, bacon and Brie cheese in ciapatta with cereals bread</i> Rôti de viande, bacon et Brie, pain ciapatta aux céréales	€ 13,00
Sandwich Club	€ 13,00
Tosta mista . <i>Ham and cheese</i> . Jambon et fromage	€ 8,50
Prego especial com mostarda à Antiga <i>Special beef sandwich with old mustard</i> Beef sandwich spécial à la moutarde Ancienne	€ 16,00
Hamburguer com queijo e bacon <i>Hamburger with cheese and bacon</i> Hamburger au fromage et bacon	€ 15,00

SOPAS . SOUPES . SOUPS

Creme de legumes . <i>Vegetable soup</i> . Crème de légumes	€ 8,50
Sopa de peixe Algarvia . <i>Algarvian fish soup</i> . Soupe de poisson Algarvia	€ 10,00

ABR 10

SNACKS

Em wraps/ In wraps

Salmão fumado, queijo Philadelphia, rúcula e tomate
Smoked salmon, Philadelphia cheese, rocket and tomato € 9,50

Peru fumado, maionese de amendoim, rúcula e tomate
Smoked turkey, peanut mayonnaise, rocket and tomato € 8,50

Em pão ciapatta com cereais In ciapatta bread with cereals

Atum, aipo, azeitonas, alface e tomate
Tuna fish, celery, olives, lettuce and tomato € 8,50

Frango e legumes assados
Chicken and roasted vegetables € 8,50

Carne assada, bacon e queijo Brie
Roasted meat, bacon and Brie cheese € 13,00

Os clássicos The traditional sandwiches

Tosta mista
Ham and cheese toast € 8,00

Sanduiche Club
Club sandwich € 12,50

Prego especial com mostarda à Antiga
Special beef sandwich with old Dijon € 15,50

Hamburguer com queijo e bacon
Hamburger with cheese and bacon € 14,50

Não é permitido fumar no interior dos Restaurantes e Bares.
Pedimos o favor de não fumar cigarrilhas, charutos ou cachimbos no terraço.

*Our Restaurants and Bars are free smoking areas.
We kindly ask our guests to refrain from smoking cigarillos,
pipes or cigars on the terrace.*

SALADAS E MASSAS
SALADS AND PASTA

Salada de tomate, berinjela e mozzarella de búfala, vinagrete balsâmico <i>Salad of tomato, aubergine and buffalo mozzarella, balsamic vinaigrette</i>	€ 9,50
Salada César/ <i>Caesar salad</i> com camarão/ <i>with shrimps</i> com frango/ <i>with chicken</i>	€ 12,50 € 11,50
Bresaola, rúcula, azeitonas e Parmesão <i>Bresaola, rocket, olives and Parmesan cheese</i>	€ 11,00
Presunto Pata Negra e morangos <i>Pata Negra ham and strawberries</i>	€ 15,00
Espaguete à Carbonara, Napolitana, Bolonhesa ou al Pesto <i>Spaghetti Carbonara, Napolitaine, Bolognese or al Pesto</i>	€ 12,50

PARA TERMINAR/ TO FINISH

Salada de frutas <i>Fresh fruit salad</i>	€ 7,00
Fruta fresca laminada <i>Fresh sliced fruits</i>	€ 7,00
Pastelaria do dia <i>Daily pastry selection</i>	€ 7,00
Mousse de dois chocolates <i>Two-chocolate mousse</i>	€ 7,50
Pudim caramelo com coco <i>Caramel pudding and coconut</i>	€ 8,00
Crumble de pêra <i>Pear crumble</i>	€ 8,50
Soufflé gelado de amêndoas <i>Iced almonds soufflé</i>	€ 8,50
Seleção de queijos, compota de figos e abóbora <i>Selection of cheese, fig and pumpkin jam</i>	€ 9,00
Gelados (3 bolas) <i>Ice cream (3 scoops)</i>	€ 4,50
Gelados Ben & Jerry's <i>Ben & Jerry's ice cream</i>	€ 4,00

PARA TERMINAR/ TO FINISH

Salada de frutas <i>Fresh fruit salad</i>	€ 7,00
Fruta fresca laminada <i>Fresh sliced fruits</i>	€ 7,00
Pastelaria do dia <i>Daily pastry selection</i>	€ 7,00
Tiramisú	€ 8,50
Mousse de dois chocolates <i>Two-chocolate mousse</i>	€ 7,50
Morangos com chantilly <i>Strawberry and chantilly</i>	€ 7,00
Pudim caramelo com coco <i>Caramel pudding and coconut</i>	€ 7,00
Crumble de pêra <i>Pear crumble</i>	€ 8,50
Soufflé gelado de amêndoas <i>Iced almond soufflé</i>	€ 8,50
Seleccção de queijos, compota de figos e abóbora <i>Selection of cheese, fig and pumpkin jam</i>	€ 9,00
Gelados (3 bolas) <i>Ice cream (3 scoops)</i>	€ 4,50
Gelados Ben & Jerry's <i>Ben & Jerry's ice cream</i>	€ 4,00

PEIXES FRESCOS DO DIA GRELHADOS

GRILLED CATCH OF THE DAY

Servidos com molho tártaro ou molho manteiga

Served with tartar or butter sauce

Espetada Vilalara – peixe fresco da nossa costa, camarão tigre <i>Vilalara skewer – fresh fish from Algarvean coast, tiger prawn</i>	€ 32,50
Posta de salmão <i>Salmon steak</i>	€ 19,50
Sardinhas <i>Sardines</i>	€ 15,50
Lulas <i>Squid</i>	€ 19,50
Linguado <i>Sole</i>	€ 28,00
Filete de dourada <i>Goldenbream fillet</i>	€ 26,50
Filete de robalo <i>Seabass fillet</i>	€ 26,50
Filete de cherne <i>Stonebass fillet</i>	€ 29,50
Camarão tigre <i>Tiger prawn</i>	€ 99,00/ kilo
<u>Por encomenda</u>	
Lagosta <i>Spiny lobster</i>	€ 155,00/ kilo
Lavagante <i>Blue lobster</i>	€ 110,00/ kilo
Carabineiros <i>Red jumbo prawns</i>	€ 124,00/ kilo

CARNES GRELHADAS/ GRILLED MEAT

Servidas com molho pimenta ou molho bearnês

Served with pepper or béarnaise sauce

Franguinho no churrasco <i>Grilled chicken</i>	€ 18,50
Entrecôte de novilho Angus <i>Angus beef entrecote</i>	€ 25,50
Tornedó de novilho Angus <i>Angus beef tornado</i>	€ 28,50
T-bone steak (360g)	€ 27,50
Medalhões de porco Ibérico <i>Iberian pork medallions</i>	€ 22,00
Costeletas de borrego <i>Lamb chops</i>	€ 23,50

Arroz pilaf ou batatas a murro e legumes do dia
Pilaf rice or baked marble potatoes and daily vegetables

Não é permitido fumar no interior dos Restaurantes e Bares.
Pedimos o favor de não fumar cigarrilhas, charutos ou cachimbos no terraço.

*Our Restaurants and Bars are free smoking areas.
We kindly ask our guests to refrain from smoking cigarillos,
pipes or cigars on the terrace.*

IVA incluído/ VAT included . Agosto/ August 2010

Vegetable cream soup	€ 3,50
Main courses	
Spaghetti or penne . bolognese sauce or tomato sauce	€ 6,50
Pizza Marguerita	€ 7,50
Fish fingers, carrot rice, vegetables*	€ 8,00
Grilled seabass fillet, boiled potatoes, vegetables*	€ 12,50
Grilled breast of chicken, carrot rice, vegetables*	€ 11,00
Hamburger in the bread, French fries, vegetables*	€ 7,00
Grilled beef carrot rice, vegetables*	€ 12,00
Portion of French fries	€ 3,00
* You can change by French fries or mashed potatoes or boiled potatoes or carrot rice	
Desserts	
Fresh fruit salad	€ 3,00
Banana with honey	€ 3,00
Seasonal fruit	€ 3,00
Apple tart	€ 3,50
Cream tart	€ 4,00
Chocolate mousse	€ 4,00
Ben & Jerry's ice cream	€ 4,00

