

PATI

SSSE

MENU

RiE

suspiro

BIRTHDAY, WEDDING, ANNIVERSARY, BABY SHOWER, CAKE.

O Suspiro é um espaço que prima pela cor e variedade, mas principalmente pelo melhor da fine patisserie.

Diariamente criam-se opções deliciosas, preparadas com produtos portugueses e onde a atenção ao detalhe anda de mãos dadas com o sabor e a qualidade exímia que fará as delícias de miúdos e graúdos.

Suspiro, part of Wow, is a space that stands out for its color and variety, but mainly for the best of fine patisserie.

Delicious options are created daily, prepared with Portuguese products, and where attention to detail goes hand in hand with the excellent flavor and quality that will delight kids and grown-ups alike.

IVA incluído à taxa em vigor desde 5 de abril de 2021. Este menu contém alergénios. Para sua segurança, se sofrer de alguma alergia ou intolerância alimentar, solicite aos nossos colaboradores a carta de alergénios.

VAT is included at the rate in effect from April 5th, 2021. This menu contains allergens. For your safety, if you suffer from any food allergy or intolerance, ask our employees for the allergen list.



Lingote Pistachio & Framboesa

Bolo húmido, ganache batida
de baunilha de Madagáscar,
framboesa da costa Alentejana

*Moist cake, vanilla ganache from Madagascar,
raspberries from the Alentejo coast*

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



3,5€

≈ 90g



21€

≈ 560g
(6 pax)

Baunilha & Cassis

Bolo de amêndoa do Douro
crocante, confit de cassis,
mousse de baunilha

*Douro almond cake crunchy, confit
of cassis, vanilla mousse*

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



4€

≈ 65g



34€

≈ 670g
(8-10 pax)



Amendoim & Caramelo

Texturas de amendoim, caramelo “Beurre Salé”,
mousse de chocolate de leite, glaçage de caramelo,
chantilly de chocolate e amendoim

*Peanut textures, “Beurre Salé” caramel, chocolate milk mousse,
caramel glaze, chocolate and peanut whipped cream*

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



3€

≈ 110g

Banana & Lima

Massa doce e bolo de amêndoa, confit de banana da Madeira, mousse de chocolate branco e lima

Sweet dough and almond cake, confit of banana of Madeira, white chocolate mousse and lime

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



3€

≈ 70g

@2024



Pêra & Baunilha

Massa doce, bolo e crocante de amêndoa, confit de pêra Rocha, mousse de baunilha Bourbon

Sweet dough, cake and almond crunchy, confit of Rocha pear, vanilla mousse Bourbon

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



4€

≈ 80g



20€

≈ 560g
(6-8 pax)

Amêndoa & Laranja

Bolo e cremoso de amêndoa,
mousse de laranja e veludo de cacau

*Almond cake and cream, orange mousse
and cocoa velvet*

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



4€

≈ 85g



29,5€

≈ 750g
(8-10 pax)

Religioso de Café

Massa choux

Choux pastry

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



2,5€

≈ 40g



Paris- -Brest

Clássico francês, massa de fartos,
"craquelin", creme praliné de avelã

*Classic French, fartos dough,
"craquelin", hazelnut praline cream*

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



2,5€

≈ 45g



19€

≈ 350g
(8 pax)



Frutos Vermelhos

Cremoso & confit de frutos vermelhos, bolo húmido de pistachio, mousse de baunilha de Madagáscar, frutos silvestres

Creamy & confit red berries, moist pistachio cake, Madagascan vanilla mousse, berries

Informações nutricionais e alérgicos nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



3,5€

≈ 80g



32€

≈ 1050g
(10-12 pax)



Tarte de Noz Pecan

Massa doce, “frangipane” de noz, caramelo “beurre salé”, mousse de caramelo, noz pecan caramelizada

Sweet dough, walnut “frangipane”, caramel “beurre salé”, caramel mousse, caramelized pecan

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



34€

≈ 1300g
(10-12 pax)

@2024



Tarte de Frutos Vermelhos

Massa doce, creme pasteleiro,
compota de framboesa, frutos vermelhos

Sweet dough, pastry cream, raspberry jam, red fruits

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



3,5€

≈ 150g



26€

≈ 1300g
(8-10 pax)

Tartelette de Limão

Clássica tarte de massa doce, com confit
& creme de limão e merengue italiano.

*Classic sweet pastry tart, with lemon confit
& cream and Italian meringue.*

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



3,5€

≈ 105g



Floresta Negra

Genoise de chocolate, streuzel de amêndoa e chocolate, calda de "Kirsh", confit de cereja, ganache montée de cereja, mousse de chocolate, molho de cacau

Chocolate genoise, almond and chocolate streuzel, "Kirsh" syrup, cherry confit, cherry ganache montée, chocolate mousse, cocoa sauce

*Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.*



4€

≈ 100g



39€

≈ 1060g
(8-10 pax)

Cheesecake

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.



3,5€

≈ 110g



29,5€

≈ 1150g
(10-12 pax)



Éclair de Chocolate

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.

@2024



3€

≈ 75g

22



Chocolate & Avelã

Dacquoise de avelã com mousse de chocolate de leite e cobertura de chocolate negro com avelã tostada.

Hazelnut dacquoise with milk chocolate mousse and dark chocolate topping with toasted hazelnuts.

*Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.*



4€

≈ 90g



24€

≈ 700g
(8-10 pax)



Éclair de Caramelo

Informações nutricionais e alergénios nas páginas 29 a 32.
Nutritional information and allergens on pages 29 to 32.

@2024



3€

≈ 80g

25

C
A
DESIGN
K
E

suspiro

Como encomendar?

1. Escolha a massa, o crocante, o recheio e a cobertura
2. Selecione o tamanho (máx. 1 andar até 3 kg)
3. Contacte-nos com 72h de antecedência
4. Levante a sua encomenda no nosso espaço

How to order?

1. *Choose the dough, crunchy, filling and frosting*
2. *Choose the size (max. 1 floor up to 3 kg)*
3. *Contact us 72 hours in advance*
4. *Pick up your order in our space*





MASSAS

Genoise de chocolate
Genoise de baunilha
Genoise de limão
Genoise de laranja
Genoise de amêndoa
Bolo de coco
Bolo de noz
Bolo de pistachio
Base Red Velvet

CRISCANTES

Chocolate
Amêndoa
Coco
Praliné

RECHEIOS

Creme de baunilha
Creme Diplomata
Creme de manteiga
Creme de ovos
Frutos vermelhos
Chocolate
Creme de amêndoa
Creme de café
Creme praliné
Creme de limão

COBERTURA

Creme de Manteiga
Ganache de Chocolate
Pasta Americana

DOUGH

Chocolate Genoise
Vanilla Genoise
Lemon Genoise
Orange Genoise
Almond Genoise
Coconut Cake
Walnut Cake
Pistachio Cake
Red velvet base

CRUNCHY

Chocolate
Almond
Coconut
Praliné

FILLINGS

Vanilla Cream
Diplomat cream
Butter cream
Egg custard
Red fruits
Chocolate
Almond Cream
Coffee cream
Praline cream
Lemon cream

FROSTING

Buttercream
Chocolate Ganache
Sugar Paste

Tabela alergénios

	Leite/ Lactose Milk/ lactose	Glúten Gluten	Ovo Egg	Soja Soy	Frutos de casca rija Nuts	Amendoim Peanuts
Lingote Pistachio & Framboesa	•		•	•	•	
Baunilha & Cassis	•	•	•	•	•	
Amendoim & Caramelo	•	•	•	•	•	•
Banana & Lima	•	•	•	•	•	
Pêra & Baunilha	•	•	•	•	•	
Amêndoa & Laranja	•	•	•		•	•
Religioso de Café	•	•	•	•	•	
Paris-Brest	•	•	•		•	
Frutos Vermelhos	•	•	•	•	•	
Tarte de Noz Pecan	•	•	•		•	
Tarte de Frutos Vermelhos	•	•	•			
Tartelette de Limão	•	•	•			
Floresta Negra	•	•	•	•	•	
Cheesecake	•	•		•	•	
Éclair de Chocolate	•	•	•	•		
Chocolate & Avelã	•		•	•	•	
Éclair de Caramelo	•	•	•	•	•	

Os nossos produtos são preparados em ambientes que não são completamente livres de Alergénios. Existe sempre um risco potencial de contaminação cruzada.

Our products are prepared in environments that are not completely allergen-free. There is always a potential risk of cross-contamination.

	Leite/ Lactose <i>Milk/ Lactose</i>	Glúten <i>Gluten</i>	Ovo <i>Egg</i>	Soja <i>Soy</i>	Frutos de casca rija <i>Nuts</i>	Amendoim <i>Peanuts</i>
Massa						
Genoise de Limão		•	•	•		
Genoise de Laranja		•	•	•		
Genoise de Baunilha		•	•	•		
Genoise de Chocolate	•	•	•			
Red Velvet	•	•	•			
Bolo de Coco	•	•	•		•	
Bolo de Noz	•	•	•		•	
Genoise de Amêndoa	•	•	•		•	
Bolo de Pistachio	•		•		•	
Crocantes						
Crocante de Chocolate	•	•		•		
Crocante de Amêndoa	•	•		•		
Crocante de Côco	•	•		•		
Crocante de Praliné	•	•		•	•	
Recheios	•		•			
Creme de Baunilha	•		•			
Creme Diplomata	•		•			
Creme de Manteiga	•		•			
Creme de Ovo			•			
Creme de Chocolate				•		
Creme de Amêndoa	•		•		•	
Creme de Café	•		•			
Creme Praliné	•		•	•	•	
Creme Limão	•		•			
Frutos Vermelhos						
Coberturas						
Creme de Manteiga	•		•			
Ganache de Chocolate	•			•		
Pasta Americana						

Os nossos produtos são preparados em ambientes que não são completamente livres de Alergénios. Existe sempre um risco potencial de contaminação cruzada.

Our products are prepared in environments that are not completely allergen-free. There is always a potential risk of cross-contamination.

Declaração nutricional

CAKE DESIGN

Valor por 100g	Energia (kcal)	Energia (kJ)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Hidratos carbono (g)	Açúcares (g)	Proteína (g)	Sal (g)
Massa								
Genoise de Limão	285,94	1200,02	5,33	1,92	51,97	30,91	7,30	0,78
Genoise de Laranja	287,64	1207,28	5,34	1,92	52,77	31,71	7,30	0,78
Genoise de Baunilha	247,74	1037,12	5,33	1,92	42,89	21,83	7,27	0,78
Genoise de Chocolate	383,12	1590,61	20,79	2,97	43,42	26,91	5,46	1,37
Red Velvet	384,79	1597,29	20,31	3,37	45,66	27,04	5,23	0,64
Bolo de Coco	316,49	1313,98	24,55	14,43	15,72	2,72	6,87	0,74
Bolo de Noz	505,36	2105,33	33,79	10,66	40,80	23,94	8,79	0,81
Genoise de Amêndoa	394,78	1643,29	27,20	9,55	26,91	18,91	9,19	1,10
Bolo de Pistachio	281,70	1180,25	14,05	3,61	31,54	28,23	6,51	0,21
Crocantes								
Crocante de Chocolate	478,50	2023,50	22,65	11,15	62,60	37,75	5,95	0,27
Crocante de Amêndoa	529,47	2207,15	37,42	12,89	34,83	31,41	10,55	0,15
Crocante de Côco	515,60	2160,70	29,48	20,36	54,79	39,91	5,99	0,29
Crocante de Praliné	500,37	2097,04	26,60	7,70	52,20	36,73	10,99	1,00
Recheios								
Creme de Baunilha	159,07	669,09	6,77	3,06	19,93	16,64	4,62	0,16
Creme Diplomata	238,25	992,32	17,38	9,65	15,46	12,99	4,88	0,16
Creme de Manteiga	528,44	2192,25	44,17	25,00	30,85	30,69	1,94	1,10
Creme de Ovo	272,30	1143,00	12,66	3,97	30,82	30,27	7,75	0,10
Creme de Chocolate	432,60	1816,85	21,81	1,92	51,97	50,05	7,88	0,28
Creme de Amêndoa	372,47	1539,53	34,92	18,34	9,66	9,49	4,64	0,10
Creme de Café	359,92	1485,68	33,94	18,36	6,82	2,84	5,48	0,19
Creme Praliné	443,89	1838,81	37,11	17,24	22,45	20,37	4,44	0,08
Creme Limão	352,12	1472,28	20,71	10,16	31,23	31,24	7,19	0,36
Frutos Vermelhos	227,00	951,00	0,40	0,00	54,00	38,00	0,50	0,00
Coberturas								
Creme de Manteiga	528,44	2192,25	44,17	25,00	30,85	30,69	1,94	1,10
Ganache de Chocolate	440,00	1835,50	36,80	19,05	23,65	22,30	3,55	0,06
Pasta Americana	387,00	1628,00	4,40	3,75	86,50	59,00	2,00	0,03

Declaração nutricional

SOBREMESAS

Valor por 100g	Energia (kcal)	Energia (kJ)	Lípidos (g)	Saturados (g)	Hidratos carbono (g)	Açúcares (g)	Proteína (g)	Sal (g)
Lingote Pistachio & Framboesa	234,63	976,42	15,20	6,68	19,83	18,74	3,33	0,44
Pêra & Baunilha	390,93	1629,91	24,71	12,72	36,65	33,77	4,33	0,31
Religioso de Café	936,39	3895,08	64,43	28,09	69,01	51,47	17,26	0,78
Frutos Vermelhos	496,31	2065,34	34,72	18,22	39,69	35,38	5,58	0,23
Tarte de Frutos Vermelhos	198,43	833,10	7,07	3,88	28,65	18,51	3,75	0,14
Tartelette de Limão	410,54	1719,92	18,48	10,32	50,92	38,23	6,74	4,47
Cheesecake	279,44	1166,96	18,99	10,16	21,38	18,34	4,77	0,58
Chocolate & Avelã	523,17	2176,71	34,84	11,84	42,30	41,25	9,22	0,20
Éclair de Chocolate	224,27	938,83	9,90	5,84	28,63	18,31	4,46	0,28
Banana & Lima	454,71	1895,92	29,89	14,99	37,79	27,28	7,40	0,36
Amêndoa & Laranja	391,45	1416,96	23,93	12,91	25,65	19,21	4,00	0,34
Paris Breast	382,53	1588,17	29,35	11,65	22,65	14,04	6,32	0,29
Tarte de Noz Pecan	469,06	1953,89	30,52	10,98	41,02	32,17	6,19	0,19
Floresta Negra	441,98	1840,29	30,43	15,02	25,90	20,92	5,24	0,39
Éclair de Caramelo	239,84	1008,32	10,43	5,28	31,74	22,34	4,58	0,34
Baunilha & Cassis	564,37	2347,97	49,50	27,00	27,29	23,42	4,90	0,43
Amendoim & Caramelo	598,32	2496,76	35,17	18,01	59,71	52,38	9,78	0,24

suspiro

suspiro@wow.pt

[@suspiro.wow](https://www.instagram.com/suspiro.wow)