

MENÚ



Cuenco Verde

NUNCA FUE TAN RICO NUTRIRSE BIEN

Por la mañana

Toast de Salmón Lomo de salmón sobre crujiente chapata, hojas de espinaca, kale, aguacate y aderezo tártara	350	Chapata Romana Pollo al pesto, queso de cabra, aceituna negra y julianas de calabacita	195
Toast de atún Lomo de atún sobre crujiente chapata, hojas de espinaca, kale, aguacate y aderezo tártara	175	Sándwich fantástico Jamón de pavo, mayonesa, queso panela, manchego, aguacate y hojas verdes	195
Parmesana Crujiete chapata con salsa de jitomate, pesto artesanal y 3 quesos	160	Club Español En chapata con pechuga de pollo asada, jamón serrano, queso manchego y jitomate acompañado de ensalada de la casa con aceituna negra	240
Falafel veggie  Chapata crujiente con exquisito falafel de garbanzo, acompañado de ensalada mixta y aderezo vegano de cilantro	165		

COPAS DE AVENA

BANANACAO

75

Avena, yogurt, leche vegetal, plátano, crema de cacahuete y nibs de cacao

MORA MORA

90

Avena especiada con canela y cardamomo, yogurt, leche de coco, moras, miel de agave y granola de la casa

MANGO POWER

120

Avena con leche vegetal, yogurt, trocitos de mango natural y deshidratado, hemp y miel

LO FRESCO

Cóctel de cítricos 350 g	145	Mix de frutas dulces 350 g 	120
---------------------------------	------------	---	------------

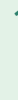
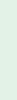
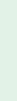
La mejor mezcla de vitamina C y antioxidantes: Kiwi, berries, toronja y piña con granola de la casa y un toque de miel

Frutas dulces de temporada: mango, papaya, plátano, manzana, yogurt natural y granola de la casa y un toque de miel

Preparación Fresca

Disfruta de nuestros platillos frescos.
Sin uso de microondas, cocinados sólo con los mejores ingredientes naturales

LOS CONSENTIDOS CONSCIENTES

Waffle integral con toppings  Hechos al momento con harina de avena, mix de frutas dulces, compota de frutos rojos y crema de cacahuete	125	Chilaquiles verdes o rojos  Totopos bañados en deliciosa salsa, hecha en casa, queso panela, cebolla y aguacate	125
		Con huevos al gusto (2pzs)	150
Revueltos al gusto Huevos naturales (3 pz), a la mexicana o con jamón de pavo. <i>Elige tu guarnición</i>	135	Con pechuga asada (120g)	190
		Falafel (70g) 	150
		Gratíñalos	+20
Estrellados rancheros o divorciados	120	Enchiladas suizas	160
Huevos fritos sobre tortilla, jamón de pavo, queso cotija y salsa verde o roja		Recién salidas del horno con tortilla azul rellenas de pollo, bañadas en salsa verde, gratinadas con queso manchego, crema y cebolla	
Omelette campirano	140	Molletes	105
Tortilla de huevo rellena de espinacas, champiñones y queso de cabra sobre salsa pomodoro. <i>Elige tu guarnición</i>		Deliciosos frijoles caseros con la receta de la abuela sobre pan ciabatta y gratinados con queso manchego.	
Omelette light 	150	Con pechuga asada	+65
Tortilla de claras de huevo (4 pz) rellena de kale y queso panela. <i>Elige tu guarnición</i>		Con jamón de pavo	+40
		Con huevo	+35
Omelette citadel	140		
Tortilla de huevo rellena de jamón de pavo y queso manchego. <i>Elige tu guarnición</i>			

GUARNICIÓN

Ensalada, papas o frijoles

Chilaquiles +\$20.00



En los **Consentidos Conscientes** y **Entrepanes** agrega café americano o té y jugo o fruta

+55

El consumo en productos crudos es responsabilidad del comensal. Desechable \$6

JUGOS Y SMOOTHIES

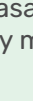
JUGOTERAPIA

(340 ml)

Energético Toronja, manzana y betabel	70
Pura fibra Piña, perejil, manzana y apio	70
Antioxidante Fresa, naranja y kiwi	78
Revigorizante Piña, espirulina, miel y manzana	70
Inmuno Piña, jengibre, miel y limón	76
Gastro Papaya, espinaca y jugo de zanahoria	70

SMOOTHIES

(320 ml)

Berries Frutos rojos, leche deslactosada y nuez	95
Choco coco Plátano, coco, cacao y leche de coco	95
Alta proteína Leche de almendra y proteína vegana más la fruta de tu elección	140
Lassi de mango  Yogurt natural, leche de coco, mango y cardamomo	120
Mazapán súper power Con crema de cacahuete artesanal de la casa, leche de almendra, hemp y maca	105

JUGOS

NARANJA

50

ZANAHORIA

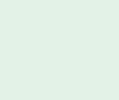
50

TORONJA

58

BETABEL

55



Cuenco Verde

CALIENTITO, ESPECIADO Y CURATIVO

Cacao ancestral de Guatemala 	145	Chai latte	70
Café americano	45	Chocolate especiado en agua	70
Café expresso	50	Chocolate especiado con leche	80
Café Capuccino o Latte	55	Leche dorada	90
Infusión de hierbas digestivas e infusión floral	35	Matcha	65
Té verde o de manzanilla	35	Moca	75
Chai en agua	50	Leche vegetal (extra)	+20
		*Hazlo frappe o enfríalo	+15

POSTRES

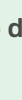
Postres a base de semillas integrales libres de mantequillas, harinas refinadas y grasas trans

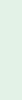
TARTAS Y PANQUÉS

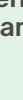
Tarta Emilia con base sucre de avena y ganache de chocolate con maracuyá. Delicioso!	110	Panqué especial (Betabel con frutos envinados o plátano con chocolate)	60
Pay de queso de cabra con manzana al vino tinto	110	Panqué del día (camote o zanahoria) (70 g)	50

GALLETAS DE LA SUERTE

Galleta de avena (60 g)	50	Galleta de avena y chocolate (60 g)	50
--------------------------------	-----------	--	-----------

 Opción Vegetariana

 Recomendación del Chef

 Disponibilidad según temporada

MIXES, VINOS Y COCTÉLES

Clericot especiado de la casa (TL)	385	Mojito de la casa con tinto	95
Clericot especiado de la casa (copa)	95	Rose Coquette de vino rosado con frutos rojos	105
Vino de la casa (botella)	450	Mimosa	105
Vino de la casa (copa)	85	Ponche con vino tinto, refresco de jengibre y un toque de jamaica	105
Tinto de verano	95		

OTRAS BEBIDAS

Refrescos (coca clásica, light y sin azúcar)	40	Limonada / naranjada	50
Agua mineral Ciel	40	Agua del día (350 ml)	50
Agua mineral Topo Chico	45	Agua del día jarra (1.7 l)	155
Ginger Soda Alma Quieta	70		

CERVEZA

NACIONAL

Pacífico	45	Negra Modelo	55
Corona Light	45	Modelo Especial	55

Hazla chelada +20

ARTESANAL

CERVECERÍA MISTERIO

Bartola (stout)	85
Silveria (lager ligera)	85
Bonifacia (IPA)	85
Ceferina (imperial lager)	85

CERVECERÍA BUSCAPLEITOS

Porter	80
IPA	80
Cream ale lager 420 cbd	90
Scotch ale	90

CERVECERÍA SCHAZTEK

Ave paraíso (IPA)	85
Dem vox (red ale)	85
88.89 (bourbom/stout)	85