



Desayunos

Tostada €8.00

Tortilla de batata, alubias negras especiadas, aguacate, salsa de tomate, jalapeños, 2 huevos (Gluten, Huevos)

Salmón €8.50

Salmón ahumado, espinacas, salsa holandesa, ensalada fresca, 2 huevos, pan casero (Gluten, Huevos, Lácteos, Pescado)

Bacon €8.00

Bacon, aguacate, tomates cherry, ensalada fresca, 2 huevos, pan casero (Gluten, Huevos)

Shakshouka €8.50

Salsa de tomate especiada, 3 huevos, pan de pita (Gluten, Huevos, Lácteos)

Pancake €7.50

tortitas de plátano y avena, crema de cacahuete, yogur griego, miel o salsa de frutas (*disponible sin gluten*) (Gluten, Huevos, Lácteos, Nueces)

Aguacate triturado €8.50

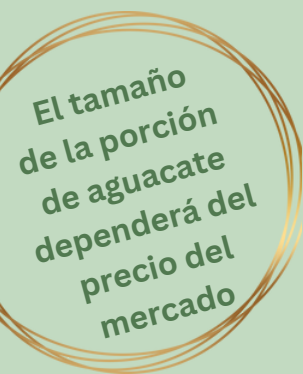
Aguacate triturado en pan tostado con queso cottage, pepino, tomate, rabanitos y hojuelas de chile (Gluten, Lácteos)

Bagel €8

Queso cremoso y salmon ahumado, ensalada o bacon y aguacate, ensalada (Gluten, Huevos, Lácteos, Pescado)

Smoothie bowl €7.50

avena, nueces, cubierto con frutas frescas (*disponible sin gluten*) (Gluten, Nueces)



Almuerzo/Ensaladas

- **“Superfood” Ensalada €9.50**

quinua, brócoli carbonizado, tomates cherry, pepino, queso de cabra canario, bayas de goji, semillas (Lácteos, Nueces)

- **Mexicana Ensalada €9.50 / Plato caliente €10.50**

alubias mixtas, batata asada, maíz tierno, aguacate, pimientos, jalapeños, cilantro, hojas

- **Pasta integral €9.50**

Vegetales asados, pesto verde, parmesano, albahaca fresca, chile (Gluten, Huevos, Lácteos, Nueces)

- **Hazlo caliente €10.50**

Arroz o Quinua frita, mezcla de vegetales
Ensalada de rabanitos, pepino y cebolleta

- **Poke bowl de la semana**

(Soya, Pescado, Nueces) €11.00

- **Calabaza en satay rellena**

de garbanzos y coco (Nueces) €10.50



- **Albóndigas - Italiano/Mexicanas €5.00**

- **Pollo - Ligeramente sazonado/Picante €5.00**

- **Salmón - Limón y pimienta (Pescado) €6.50**

- **Calabacín - palitos de calabacín asado con parmesano y chile (Lácteos) €4.00**

- **Taquitos - pollo, ensalada de piña, jalapeños (Gluten) €6.00**

- **Chorizo - salchicha a la parilla €4.00**

- **Tofu - Oriental/Satay (Soya/Nueces) €4.00**

- **Batata dulce €4.00**

Batidos

solo €5.00 (400 ml)



●Peanut paradise

crema de cacahuete, plátano, leche de almendras, canela y yogur griego (Lácteos, Nueces)

●Green dream

plátano, espinacas, kiwi, matcha*, mango, lima

●Sunrise

plátano, fresa, zumo de naranja, semillas de chia

●Energia

plátano, frutas de bosque, mango, limon, pera

¿Te apetece un sabor diferente?

Crea tu propio! Todos los batidos

* matcha - hojas de té verde en polvo
con una gran cantidad de antioxidantes saludables!

Zumo fresco (400 ml)



Elija entré frutas y verduras frescas disponibles en su vaso para obtener la energia perfecta y un impulso vitaminico

Zumo de naranja €4.50

Zumo mixto €5.00



Cerveza de barril

Victoria - Jarra €2.50

Victoria - Caña €1.50

Cerveza embotellada

Corona €3.00

Strongbow €3.00

Victoria 0,0 % €3.00

Victoria Limon €3.00

Vino

Sangria - 1l €14.00

Sangria - 0.5l €7.00

Copa de vino de la casa €3.50

¿Otros vinos? Por favor pregunte
al miembro del personal

- Solo €1.50
- Espresso €1.50
- Espresso doble €2.00
- Cortado €2.00
- Café con leche €2.20
- Americano €2.00
- Cappuccino €2.50
- Latte €2.50
- Tè €1.50
- Matcha* €2.50
- Cafe con licor €6.00
- Barraquito €4.50
- Carajillo €3.80

Especialidad Canaria

¡¡¡ Pruébalo!!!



Refrescos



- Pepsi/Pepsi Zero €2.50
- Fanta Orange/Lemon €2.50
- Sprite €2.50
- Agua sin gas €2.00
- Agua con gas €2.00