

ESP



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

solamente €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

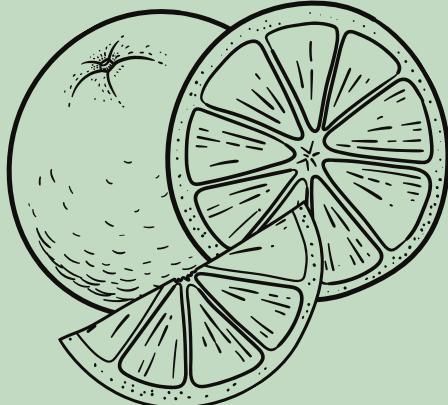
plátano, frutas de bosque, mango, limón, pera

¿Te apetece un sabor diferente?

Crea tu propio! Todos los batidos

Zumo fresco

(400 ml)



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

Zumo de naranja €4.50

Zumo mixto €5.00

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



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!!!



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