

NATURAL & NUTRITIVO FRUTAS Y CEREALES

PLATO DE FRUTAS CON YOGHURT

CEREALES AH BRAN & GRANOLA Y FRUTAS
FRESCAS

ENSALADAS

ENSALADA ASIÁTICA

Fideos, Jicama, brócoli, zanahoria, pimientos de colores, apio, germen de soya, ajonjolí negro y pechuga de pollo marinada en salsa teriyaki.

ENSALADA DE JITOMATE Y ESPÁRRAGO

Queso panela marinado en cilantro, pimientos rostizados, aceitunas, acompañado de vinagreta balsámica y aceite de albahaca.

ENSALADA MIXTA

Lechugas mixtas, pepino, jitomate, aguacate, apio, germen de soya y pimientos, acompañada de aderezo de limón.

SANDWICHES

SANDWICH ABIERTO DE ESPÁRRAGOS

Pan campesino, mayonesa de pesto, espárragos asados, jamón ahumado, jitomate y gratinado con queso mozzarella.

SANDWICH DE POLLO CON BALSÁMICO

Pan de comino, con mayonesa de albahaca, pechuga de pollo marinada en vinagre balsámico, pimientos rostizados, espinacas, queso de cabra y jitomates deshidratados.

SANDWICH VEGETARIANO

Pan integral con mayonesa, pimientos, calabaza, berenjena, lechuga, germen de alfalfa, champiñón, pepino, aguacate y espinaca. Bañado en vinagreta de orégano y limón.

WRAPP DE SALMÓN AHUMADO

Tortilla de harina, queso crema, mayonesa, lechugas, berros, aceitunas, alcaparras, cebolla morada y aderezo de limón.

CLUB WRAPP DE PAVO AHUMADO

Tortilla de harina, espinaca, lechugas mixtas, pavo ahumado, tocino, queso gruyere y jitomate.

NOTA: Todos los sandwich están acompañados de ensalada latina de col y chips de plátano.

MUFFINS & GALLETAS

MUFFIN DE BLUEBERRY

MUFFIN DE PLÁTANO Y COCO

MUFFIN DE ZANAHORIA

JUGOS NATURALES

ZANAHORIA

NARANJA

PIÑA

SANDÍA

TORONJA

COMBINADOS DE JUGOS Y FRUTAS

MELÓN FRESA & KIWI

MANZANA, FRESA & NARANJA

PIÑA, NARANJA & KIWI

MARACUYÁ & MANGO

ZANAHORIA, PIÑA & NARANJA

NOPAL, PIÑA & PEREJIL

NARANJA, PAPAYA & MANGO

SANDÍA, NARANJA, MELÓN & PIÑA

SMOOTHIES

SMOOTHIES DE PROTEINA
(ESCOJA EL SABOR FAVORITO)

MARACUYÁ Y MANGO

LIMÓN, FRESA Y MENTA

FRESA Y PLÁTANO

PAPAYA Y LIMÓN

DE CÍTRICOS: NARANJA, TORONJA, LIMÓN

MANZANA, PIÑA Y JENGIBRE

SANDÍA, NARANJA, MELÓN Y PIÑA

LICUADOS

(PREPARADOS CON LECHE REGULAR, LECHE
DESCREMADA O LECHE DE SOYA)

LICUADO DE PROTEÍNA
(ESCOJA SU SABOR FAVORITO)

GRANOLA, FRESA Y YOGURT

MANZANA, FRESA Y COCO

FRESA, PLÁTANO Y YOGURT

PLÁTANO, MANZANA Y GRANOLA

PLÁTANO, CHOCOLATE Y GRANOLA

