



TAKE AWAY -HEALTHY FOOD

DESAYUNOS -MERIENDAS

SÁNDWICH DE TRES PISOS CON PAN DE MULTICERALES Y SEMILLAS

SANDWICH DE SALMÓN, AGUACATE Y BROTES TIERNOS	6.40€
SANDWICH DE POLLO, TOMATE, AGUACATE Y MEZCLUM.....	6.40€
SANDWICH VEGETAL, AGUACATE, HUMMUS, CHERRYS PEPINILLOS.....	5.40€

TOSTAS DE PAN DE ESPELTA ECOLÓGICO

TOSTA DE TORTILLA CON ATÚN SOBRE CRUDITES DE TOMATE Y ZANAHORIA	7.50€
TOSTA DE AGUACATE Y SALMÓN SOBRE LECHO DE MEZCLUM.....	7.50€
TOSTA VEGETARIANA, TOFU MARINADO CON ENELDO Y CREMA DE MOSTAZA	7.50€

SMOOTHIES

FRESA, PLÁTANO Y SEMILLAS DE LINO.....	5.60€
FRESA, AGUACATE Y QUESO	5.60€
MORAS CON YOGUR GRIEGO.....	5.60€
ZANAHORIA, MANZANA Y JENGIBRE.....	5.60€
GAZPACHO CON FRESA Y MANZANA (SOLO EN VERANO)	5.60€



ZUMO DE NARANJA NATURAL 3.80€

CRUDITES, ENSALADAS Y VEGETALES

GUACAMOLE 4.80€

HUMMUS CON CRUDITES 5.50€

TABULÉ DE COUS COUS INTEGRAL 8.70€

Cous cous ecológico con tomate, cebolleta, cebollino, pimiento, dátiles, hierbabuena

ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL..... 8.50€

Arroz ecológico, brotes verdes, tiras de pollo a la plancha, Cherry, pepinillos, mostaza

ENSALADA DE QUINOA REAL 9.30€

Hojas verdes con quinoa ecológica, aguacate, dados de salmón, tomate, Cherry, pepino)

PARRILLADA DE VERDURAS 8.70€

Verduras de temporada (calabacín, espárragos, tomate, alcachofa, pimiento)

CREMAS Y SOPAS

CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA..... 4.50€

CREMA DE ESPINACAS Y QUESO BLANCO..... 4.50€

SOPA DE PAVO CON FIDEOS DE ARROZ..... 5.80€

SOPA DE LENTEJAS ROJAS BIO AL CURRY CON CILANTRO..... 5.80€

POKE BOWL Y DEMAS PLATOS

POKE DE POLLO TERIYAKI..... 10.85€



ARROZ INTEGRAL BIO, PECHUGA DE POLLO, PIÑA, AGUACATE, NUECES, CILANTRO, SÉSAMO

POKE DE QUINOA Y SALMÓN 11.50€

QUINOA, SALMON, AGUACATE, PEPINO, CHERYS, CEBOLLETA, ENELDO, PIPAS.

POKE VEGETARIANO..... 10,50€

ARROZ INTEGRAL BIO, TOFU MARINADO, AGUACATE, CEBOLLETA, PEPINO, CHERYS

MUSSAKA DE CARNE MIXTA..... 10.85€

BERENJENA, CARNE DE CERDO Y TERNERA, QUESO DE CABRA, PATATAS BIO

MUSSAKA VEGETARIANA..... 10.85€

BERENJENA, PROTEÍNA DE SOJA, PATATAS BIO, QUESO DE CABRA

POSTRES

PASTEL DE ZANAHORIA CON CREMA DE QUESO..... 4.80€

BROWNIE..... 4.80€

ENSALADA DE FRUTAS DE TEMPORADA..... 4.40€

BEBIDAS

BOTELLIN DE AGUA BEZOLLA 50ml..... 1.30€

BOTELLA DE AGUA BEZOLLA 1L..... 2.00€

CAFÉ CAPUCHINO STARBUCKS..... 2.20€

LATAS DE REFRESCOS 2.00€

LATA DE CERVEZA ESTRELLA GALICIA..... .2.50€