





Jugos ^Y Licuados

JUGOS (350 ml):

\$45

- Zanahoria 120 kcal. o Naranja 165 kcal.
- Papaya 153 kcal., Mango 145 kcal. o Guayaba 150 kcal.

COMBINADOS (350 ml):

\$45

- San-Son 160 kcal. | *Zanahoria, Betabel, Naranja y Apio*
- Antigripal 282 kcal. | *Guayaba, Naranja, Piña y Limón*
- Tropical 190 kcal. | *Mango, Fresa*
- Cubanito 155 kcal. | *Papaya, Naranja*
- Oasis 180 kcal. | *Melón, Sandía, Piña, Plátano y Naranja*
- Fresco 230 kcal. | *Fresa, Naranja*
- Popeye 180 kcal. | *Zanahoria, Apio, Betabel, Espinaca y Limón*
- Speedee 185 kcal. | *Piña, Zanahoria, Limón y Naranja*
- Verde 165 kcal. | *Piña, Limón, Espinaca y Naranja*
- Anti-Cruda 153 kcal. | *Zanahoria, Betabel y Apio*

• **INVENTA**
TU PROPIA
COMBINACIÓN •

LICUADOS (350 ml):

\$50

- Plátano 260 kcal., Fresa 215 kcal., Papaya 215 kcal.,
Guayaba 215 kcal.

Nota: También los puedes combinar y pueden llevar avena.



Smoothies Y Frappes

FRAPPES (base de agua) (350 ml):

\$50

- Mango 80 kcal., Fresa 60 kcal., Limón con hierbabuena 25 kcal., Pepino con limón 55 kcal., Berries 65 kcal. o Limón 25 kcal.

DIABLITOS (Frappé con Chamoy) (350 ml):

\$60

- Mango 110 kcal., Fresa 90 kcal., Limón con hierbabuena 55 kcal., Pepino con limón 85 kcal., Berries 95 kcal. o Limón 55 kcal.

SMOOTHIES (base de leche) (350 ml):

\$60

- Mango 175 kcal., Fresa 150 kcal., Plátano 170 kcal.

LECHE DESCREMADA (295 ml): 118 kcal.

\$25

AGUA FRESCA (16 oz) 12-58 kcal.

\$25



Pan Integral 60 gr

VEGANO (328 kcal.): **\$65**

Frijoles 45g, Lechuga 20g, Jitomate 20g, Aguacate 30g, Germinado de Alfalfa 10g, Espinaca 12g

VEGETARIANO (332 kcal.): **\$65**

- Queso panela 20g, Germinado de Alfalfa 10g, Lechuga 22.5g, Espinaca 12g, Jitomate 20g, Aguacate 20g

2 QUESOS (332 kcal.): **\$65**

- Queso oaxaca 30g, Queso panela 30g, Lechuga 22.5g, Aguacate 20g

POLLO (462 kcal.): **\$70**

- Pechuga de pollo 80g, Queso panela 30g, Lechuga 13.5g, Jitomate 40g, Frijoles 45g

PITAS W R A P 45 gr / 126 kcal



PITA INTEGRAL:

VEGANO (328 kcal.): **\$65**

Frijoles 45g, Lechuga 20g, Jitomate 20g, Aguacate 30g, Germinado de Alfalfa 10g, Espinaca 12g

VEGETARIANA CON QUESO (330 kcal.): **\$65**

- Queso panela 20g, Frijoles 25g, Germinado de Alfalfa 20g, Lechuga 22.5g, Espinaca 12g, Jitomate 20g, Aguacate 20g con Tahini y Aderezo Griego

2 QUESOS (332 kcal.): **\$65**

- Queso oaxaca 30g, Queso panela 30g, Lechuga 22.5g, Jitomate 40g, Aguacate 20g

POLLO (362 kcal.): **\$70**

- Pechuga de pollo 80g, Queso panela 30g, Lechuga 13.5g, Jitomate 40g

SHAWARMA WRAP (450 kcal.): **\$80**

- Carne magra 70g, Lechuga 10g, Pepino 30g, Jitomate 20g, con Aderezo de Yogurt y Tahini

FALAFEL WRAP (242 kcal.): **\$75**

- Croquetas de Garbanzo 40g, Lechuga 23.33g, Jitomate 20g,, Pepino 20g con Aderezo de Yogurt y Tahini

**El queso panela lo puedes cambiar por queso oaxaca*

Sandwiches,

TOSTHIN, TOASTS Y MÁS

PAN INTEGRAL:

SENCILLO (260 kcal.): **\$43**

- Queso panela 25g, Jitomate 20g, Lechuga 13.5g

FRIJOL Y QUESO (383 kcal.): **\$43**

- Frijoles 40g, Queso panela 25g, Jitomate 20g, Lechuga 13.5g

POLLO (302 kcal.): **\$55**

- Pechuga de pollo 50g, Frijoles 20g, Lechuga 10g, Jitomate 20g,

2 QUESOS (290 kcal.): **\$43**

- Queso panela 30g, Queso oaxaca 30g, Lechuga 13.5g, Jitomate 20g

TOSTHINS:

SENCILLO (180 kcal.): **\$43**

- Queso panela 25g, Jitomate 20g

FRIJOL Y QUESO (283 kcal.): **\$43**

- Frijoles 40g, Queso panela 25g, Jitomate 20g

POLLO (289 kcal.): **\$55**

- Pechuga de pollo 30g, Lechuga 10g, Jitomate 20g, Aguacate 15g

TOASTS:

AGUACATE (198 kcal.): **\$50**

- Aguacate 30g, Espinaca 15g.
- Aguacate 30g, Jitomate 15g.
- Aguacate 30g, Germinado 15g.

**El queso panela lo puedes cambiar por queso oaxaca*

Tapas MEXICANAS

3 Galletas salmas con tus ingredientes favoritos



FRIJOL-JITOMATE (130 kcal.):

\$45

PANELA-AGUACATE (154 kcal.):

\$45

FRIJOL-POLLO (204 kcal.):

\$55

**El queso panela lo puedes cambiar por queso oaxaca*

Sincronizadas

Con tortilla de maiz o harina

QUESO PANELA (170 kcal.)

\$35

CHAMPIÑONES Y QUESO PANELA (174 kcal.)

\$38

POLLO Y QUESO PANELA (190 kcal.)

\$45

**El queso panela lo puedes cambiar por queso oaxaca*

SincroPita o SincroPizza

Escoge entre queso oaxaca o panela

VEGETARIANA (155 kcal.): Espinaca 12g, Jitomate 20g, Pimiento 20g

\$60

QUESO PANELA (190 kcal.)

\$60

CHAMPIÑONES Y QUESO PANELA (194 kcal.)

\$65

POLLO Y QUESO PANELA (210 kcal.)

\$70

Ensaladas ^Y Cocteles

BARRA DE ENSALADA: 380 g / 350 kcal. (aprox) | aderezos 30 ml / 140 kcal **\$80**

Pide la lista para armar la ensalada a tu gusto

COCTELES: **\$45**

- Plátano, Manzana, Melón, Sandia, Piña, Papaya, Mango* 150 g / 84 kcal.

- Con Avena 325 g / 246 kcal.

VASOS DE FRUTA: Solos o Combinados **\$38**

Frutas de la Estación

VASOS DE VERDURA: Solos o Combinados **\$35**

- Jícama 220 g / 84 kcal., Pepino 270 g / 40 kcal. o Zanahoria 140 g / 51 kcal.

FRUTA CON YOGURT 355 g / 300 kcal. **\$60**

Natural con Fruta

YOGURT 245 g / 200 kcal. **\$35**

CARPACCIO **\$55**

- Queso panela 30 g / 78 kcal., Pepino 180 g / 30 kcal., Jitomate 130 g / 23 kcal.

*Con aceite de oliva 15 g / 135 kcal.

PLATO BOTANERO 315 g / 390 kcal. **\$60**

- Jícama 70 g / 84 kcal., Pepino 70 g / 40 kcal., Zanahoria 70 g / 51 kcal.,

Manzana 70 g / 40 kcal., Palitos de Pan 50 g / 51 kcal.

*Con aderezo de yogurt 30 g / 65 kcal.

ROLLO DE PEPINO CON POLLO 189 KCAL **\$45**



GRACIAS
P O R T U
PREFERENCIA

