

LOS BOWLS DE  
GUADALUPE

YOU ARE  
SO LOVED





# Pokes

## TUNA POKE BOWL - 350\$

ATÚN FRESCO | SALSA PONZU | CEBOLLA MORADA  
AGUACATE | PEPINO | EDAMAME | ALGA WAKAME  
CACAHUATE | MANGO | MAYONESA DE CHIPOTLE

## CAMARON POKE BOWL - 350\$

CAMARON COCIDO | CEBOLLÍN | AGUACATE  
MANGO | COL MORADA | EDAMAMES  
GAJOS DE CÍTRICOS | SALSA PONZU DE LA CASA  
ADEREZO DE CILANTRO Y AJONJOLÍ

## SPICY SALMON POKE BOWL - 350\$

SALMÓN FRESCO | CEBOLLA MORADA CILANTRO  
JENGIBRE | ALGA WAKAME | ZANAHORIA | EDAMAMES  
PEPINO | AJONJOLÍ | MAYONESA DE SIRACHA | RÁBANO

## CHICKEN POKE BOWL - 350\$

PECHUGA DE POLLO | PEPINO | EDAMAMES  
CILANTRO | COL MORADA | RÁBANO | AGUACATE  
ZANAHORIA | MAYONESA DE CHIPOTLE | AJONJOLÍ

## TOFU POKE BOWL - 350\$

TOFU MARINADO | PEPINO | EDAMAMES | CEBOLLÍN  
ZANAHORIA | CALABAZA | MIX DE VERDES | ALGA WAKAME  
RÁBANO | GAJOS DE CÍTRICOS | SALSA DE AJONJOLÍ

*Todos los poke bowls pueden llevar una base de arroz*

BLANCO | ARROZ DE TRIGO | QUINOA

# BOWLS FOR DAYS

## JUNGLE BOWL - 250\$

ARROZ | LENTEJA | TOMATE | CILANTRO | CEBOLLA ENCUERTIDA  
LECHUGA ROMANA | SALSA DE CHIPOTLE

## LEBANESE BLOND BOWL - 250\$

ARROZ | LENTEJA | GARBANZO | ZANAHORIA | GRANO DE ELOTE  
CEBOLLA MORADA | PEPINO | SALSA DE AJONJOLÍ

## AVOCADO TOAST BOWL - 250\$

GUACAMOLE | SLICED UP EGG | BABY SPINACH  
PURPLE ONION SLICES | SOUR CREAM

## SPRING GREEN BOWL - 250\$

EGGS | SPINACH | RADISH WATERMELON  
PISTACHIOS | QUINOA | LEMON

## ACAI BOWL - 250\$

PLÁTANO | BLUEBERRIES FROZEN  
STRAWBERRIES FROZEN | MILK OR JUICE  
PLAIN YOGURT | FROZEN ACAI PUREE

## BANANA REPUBLIC BOWL - 250\$

BANANAS | RIPE | NONDAIRY MILK | PEANUT BUTTER  
CREAMY | FLAXSEED MEAL | VANILLA EXTRACT

## GRANOLA BOWL - 250\$

BLUEBERRIES | CANTALOUPE | GOJI BERRIES | RASPBERRIES  
GRANOLA | ALMONDS | COCONUT SHAVINGS | PUMPKIN SEEDS

## TROPICAL BOWL - 250\$

MANGO | PLÁTANO FROZEN | PINEAPPLE  
COCONUT MILK | SPINACH | HONEY | ALMONDS NUTS  
COCONUT CHIPS | GINGER | CHIA SEEDS

## EXTRA SUPER FOODS

*Agregalo a tu Bowls o Smoothies*

— CARBÓN ACTIVADO	45\$	— ESPIRULINA AZUL	50\$
— COLÁGENO	100\$	— PROTEÍNA	45\$
— MACA	45\$	— CURCUM	45\$
— RESHI	45\$	— CACAO NIBS	45\$
— ASHAWANDA	45\$		

• CROISSANT - 35\$

• ENERGY BALLS - 35\$

• BANANA BREAD VEGANO - 35\$

• MANTEQUILLA DE CACAHUATE - 35\$

• MANTEQUILLA DE ALMENDRA - 35\$

• FRUTA ENTERA - 35\$

POSTRES

# Smoothies

## TE MATCHA SMOOTHIE - 250\$

PLÁTANO | MATCHA | ESPINACA | SEMILLAS DE CHIA  
EXTRACTO DE VAINILLA | LECHE DE ALMENDRA

## AÇAÍ SMOOTHIE - 250\$

AÇAÍ | FRESAS | PLÁTANO | LECHE DE COCO | GRANOLA  
MIEL DE ABEJA | COCO RAYADO | SEMILLAS DE CHIA

## CHOKO SMOOTHIE - 250\$

GRANOLA | YOGURT NATURAL | LECHE DE ALMENDRA  
MANZANA VERDE | FRESA | CACAO | MIEL

## CUCUSMELON SMOOTHIE - 250\$

MELÓN | MANGO | ZANAHORIA | CÚRCUMA  
MACA | LECHE DE COCO



*Todo los smoothie puedes seleccionar los diferentes tipos de leche que manejamos.*

LECHE REGULAR | LECHE DESLACTOSADA | LECHE DE ALMENDRA | LECHE COCO | LECHE DE SOYA

COFFEESHOP & NATURAL JUICES

JUGOS FOR DAYS •

## NATURAL JUICES

### recarga - 250\$

JUGO DE NARANJA | PIÑA | ZANAHORIA | LIMÓN

### glow - 250\$

JUGO DE MANZANA VERDE | APIO | PEPINO VERDE  
AGUA DE COCO | COLÁGENO

### spacy organge - 250\$

JUGO DE NARANJA | PIMIENTA NEGRA | CÚRCUMA  
JENGIBRE | LIMÓN

### green - 250\$

JUGO DE NOPAL | MANZANA VERDE | PEPINO VERDE  
CHAYA (ESPINACA LOCAL) | APIO | JENGIBRE | AGUA DE COCO

## CAFÉS & BEBIDAS

- EXPRESSO - 45\$
- AMERICANO - 70\$
- MACCHIATO - 65\$
- LATTE - 110\$
- CAPPUCCINO - 110\$
- TARO - 110\$
- MOCHA - 110\$
- CHAI - 110\$
- DOBLE EXPRESSO - 70\$
- FLAT WHITE - 100\$

*caliente*

- MATCHA - 90\$
- MATHA LATTE - 110\$
- COLD BREW - 90\$
- COLD BREW LATTE - 110\$

*frio*

*botella*

- AGUA NATURAL - 60\$
- AGUA MINERAL - 110\$
- COCO FRESCO - 120\$
- KAMBUCHA DELUX - 120\$