

ensaladas hazla tu mismo...

chica	mediana	grande
base	base	base
+ proteína (100 grs)	+ proteína (100 grs)	+ proteína (150 grs)
+ 4 ing. de barra	+ 5 ing. de barra	+ 6 ing. de barra
		
\$79	\$92	\$119

Base: Lechuga fresca
Cambio de base por espinaca, pasta o combinado por solo:
Chica..... +\$13
Mediana..... +\$23
Grande..... +\$27

Todas incluyen aderezo y un cereal.



Proteínas:

pollo a la parrilla
pollo al cilantro
pollo pimienta limon
pollo pimienta ajo
pollo teriyaki
pollo BBQ
jamón de pavo
queso manchego
queso panela
atun
surimi
huevo

aderezos:

ranch
ranch chipotle
mil islas
yogurt c/albahaca
mostaza miel
vinagreta italiana
aceite de olivo
vinagre balsámico
aceite de ajo

Ingredientes:

verduras mixtas
apio
jalapeño
zanahoria
col morada
garbanzo
elote
champiñon
ejote
jitomate
betabel

cereal:

ajonjoli
girasol
cacahuete natural
cacahuete enchilado
amaranto
pasas
crotones
chips
pretzels

Ingredientes:

jicama
aceituna negra
germinado de lenteja
brocoli
pimiento verde
espinaca
cebolla morada
pasta
pasta pesto
nopal
piña
pepino

extras:

salmón \$59
jamón serrano \$49
pollo \$34
panela o manchego \$34
huevo \$15
nuez mixta \$22
pollo caliente \$12
cambio a aderezo premium:
-cesar \$14
-bluecheese \$14

ensaladas del Chef:

- **cesar** \$99
frescas hojas de lechuga larga bañadas con nuestro aderezo cesar hecho en casa, pechuga de pollo a la parrilla, queso parmesano y crotones
- **philip** \$129
frescas hojas de lechuga mixta con pollo a la parrilla, tocino ahumado, queso manchego, jalapeño y cebolla picada con aguacate, tomate, pepino, chips y aderezo ranch
- **mediterranea** \$99
lechuga mixta y pasta fusilli al pesto, aceituna negra y verde, tomate fresco, queso feta, cebolla morada aliñado con aceite de oliva, sal y pimienta
- **roquefort** \$129
lechuga fresca con pechuga de pollo a la parrilla, trozos de queso azul, tomate, champiñon, cebolla morada, espinaca, manzana y vinagreta balsámica
- **rioja** \$129
mezcla de lechugas, jamón serrano, queso de cabra, espinaca y berros con tomate, manzana, champiñones marinados a la provenzal, acompañado de nuez y vinagreta balsámica
- **medallón de atún sellado** \$135
mezcla de lechugas, aguacate, germinado de alfalfa, tomate, pepino aderezo de vinagreta italiana

bagels

pan: natural, ajonjolí, parmesano, integral

- **pollo** \$74
pollo a la parrilla, lechuga, tomate, pepino y queso manchego
- **atún** \$74
atún, aceituna negra, lechuga, tomate y queso panela
- **pavo** \$72
pechuga de jamón de pavo, queso manchego, tomate y pepino
- **salmón** \$109
salmón ahumado, queso crema, cebollin, tomate, alcaparra y un toque de pesto
- **pavo c/huevo** \$72
jamón de pechuga de pavo, huevo y queso amarillo
- **tocino c/huevo** \$74
tocino, huevo y queso manchego
- **italiano c/huevo** \$74
salchicha italiana con huevo y queso manchego
- **queso crema y mermelada** \$56

agrega
porción de ensalada
por \$19



paninis pan Chapata integral

- **salmón**
filete de salmón, tocino de pavo, tomate, lechuga y salsa tártara, delicioso...
- **español**
Jamón serrano, salsa de tomate fresco con aceite de oliva, queso manchego, champiñones, aceituna negra y lechuga

\$129
c/u

- **pollo \$99**
pechuga de pollo a la parrilla con salsa Louisiana
- **pavo \$99**
Jamón de pavo combinado con Jamón selva negra
- **atún \$99**
atún marinado a las finas hierbas
- **roastbeef \$109**
filete de roastbeef con salsa dijon y cebollín
- **hawaiiano \$109**
Jamón de pavo combinado con pechuga de pollo piña y salsa BBQ
- **veggi \$99**
berenjena, calabaza, cebolla, champiñón, morrón todo marinado y a la parrilla, aderezo de hummus (no lleva queso)

Todos incluyen:
tomate, lechuga,
pepino, aceituna
negra, champiñón
cebolla morada y
queso manchego,
acompañado de
ensalada mixta
y aderezo ranch

wraps hazlo tu mismo... \$99

- paso #1**
escoge tu proteína:
-pollo
-atún
-pavo
-panela
-salmón +\$29
- paso #2**
4 verduras de la barra de ensaladas
- paso #3**
elige un aderezo de la barra de ensaladas



crea tu propio panino... \$119

- Paso #1**
escoge un aderezo:
- chipotle
 - ranch
 - mil islas
 - salsa de tomate
- Paso #2**
escoge hasta dos proteínas:
- pollo
 - pavo
 - panela
 - huevo cocido
 - queso crema
 - atún
 - tocino
 - manchego
 - huevo omelete
 - salchicha italiana

- Paso #3**
escoge hasta cuatro ingredientes:
- lechuga
 - tomate
 - aceituna negra
 - pepino
 - elote
 - espinaca
 - cebolla
 - champiñón
 - zanahoria
 - pimienta verde



crea tu propio bagel... \$79

- Paso #1**
escoge tu pan:
- natural
 - integral
 - ajonolí
 - parmesano
- Paso #2**
escoge un aderezo:
- chipotle
 - ranch
 - mil islas
 - salsa de tomate
- Paso #3**
escoge hasta dos proteínas:
- pollo
 - pavo
 - panela
 - huevo cocido
 - queso crema
 - atún
 - tocino
 - manchego
 - huevo omelete
 - salchicha italiana
- Paso #4**
escoge hasta tres ingredientes:
- lechuga
 - tomate
 - aceituna negra
 - pepino
 - elote
 - espinaca
 - cebolla
 - champiñón
 - zanahoria
 - pimienta verde



proteína extra \$18 ingrediente extra \$12 / aguacate extra \$15



pregunta por la sopa del día...



ensaladas, paninis, wraps
bagels, sopas, frutas
jugos, cafés & smoothies

Playa del Carmen, Quintana Roo
Avenida #15,
esquina con Calle #10
Telefono. 80-33-2-88



Horarios
Lunes a Domingo
09:00 AM - 09:00 PM

