

ALL
DAY
BRUNCH

SAVOURY

Huevos turcos 12
Yogur con hierbas, huevo pochado, chilli flakes, mantequilla, pimienta de cayena, pimenton, pan de masa madre

Health Note: El yogur proporciona probióticos que favorecen la digestión y la salud intestinal.

Omelette 14
Aguacate, bacon crujiente, hummus, cebollino, queso crema, pan de masa madre
Health Note: El aguacate y el hummus aportan fibra y grasas saludables; el bacon agrega un toque sabroso de proteína.

Halloumi 16
Aguacate, huevo pochado, hummus, hojas verdes mixtas, sésamo, vinagreta de limón y hierbas, aceite de chile crujiente, togarashi, pan de masa madre.
Health Note: El aguacate y el sésamo favorecen la salud cardiovascular; los huevos y el halloumi son ricos en proteínas de alta calidad.

Miso Chicken 16
Boniato asadas, quinoa, hummus, mezcla de ensalada, salsa de miso y tahini, almendras, pan de masa madre.
Health Note: El miso y los vegetales en vinagre son fermentados, lo que favorece la flora intestinal. La quinoa es una fuente completa de proteínas.

Pulled beef 18
Aguacate, huevo pochado, cebollino, semilla de sesamo, ensalada mixta, salsa de miel y mostaza Dijon, pan Hokkaido tostado.
Health Note: La carne de res rica en hierro favorece los niveles de energía y la función cognitiva.

Grilled salmon 18
Aguacate, huevo pochado, cebollino, semilla de sesamo, ensalada mixta, salsa de miso y tahini, pan Hokkaido tostado.
Health Note: El salmón es rico en omega-3, lo que favorece la salud cerebral y cardiovascular.



SWEET BUT STILL
HEALTHY

Acai 12.5
Fresa, arándano, mora, plátano, maracuyá, mantequilla de cacahuete, granola casera
Health Note: El açai y las bayas son ricos en antioxidantes y vitamina C, lo que favorece el apoyo al sistema inmunológico.

Chia pudding 9
Yogur griego, maracuyá, mango, granola casera
Health Note: Las semillas de chía proporcionan omega-3 y fibra; el yogur favorece el equilibrio intestinal.

Greek Yogurt 10
Dátiles asados con mantequilla, fresa, granola casera, platano, crema de fruto rojos
Health Note: Los dátiles son una fuente natural de energía

Banana bread 12
Yogur griego, platano asado, mantequilla de cacahuete, salsa de tahini
Health Note: El tahini y la mantequilla de maní ofrecen proteínas vegetales y magnesio.

BAO

Pulled beef 7
Zanahoria, cebollas marinadas, daikon, ensalada, salsa hoisin
Health Note: La carne de res cocida a fuego lento es rica en proteínas; el hoisin aporta una profundidad umami fermentada.

Fried prawn 6
Zanahoria, cebollas marinadas, daikon, ensalada, mayonesa de lima.
Health Note: El daikon es un ayudante digestivo; los camarones proporcionan proteína magra.

EXTRA	
Huevo pochado	+2
Pan de masa madre	+1.5
Proteína	+3
Granola casera	+1.5
Mantequilla de cacahuete	+1

ASIAN INSPIRED

HAZ TU POKE

Base: (hasta 2)

- Arroz de sushi
Ligero y satisfactorio.
- Quinoa
Alta en proteínas y fibra.
- Hojas verdes mixtas
Baja en calorías y rica en nutrientes

Proteína: (hasta 1)

- Salmón crudo,
- Atún Shoyu (+1),
- Salmón a la parrilla (+1.5),
- Pollo asado,
- Pulled Beef (+1),
- Oyster Mushrooms,
- Tofu,
- Fried Prawns

Verduras: (hasta 4)

- Maíz,
- Tomates,
- Edamame,
- Rábano,
- Wakame,
- Cebolla,
- Aceitunas,
- Zanahoria,
- Mango,
- Pepino,
- Chalota

Salsas: (hasta 2)

- Vinagreta de hierbas con lima,
- Vinagreta de trufa y yuzu,
- Vinagreta de miso y sésamo,
- Acevichado,
- Mayonesa de sriracha,
- Mayonesa de wasabi,
- Mayonesa de lima,
- Salsa de miso y tahini,
- Teriyaki
- Salsa de soia

Toppings: (hasta 2)

- Cebollino,
- Almendras,
- Maíz cancha,
- Cebolla crujiente,
- Nana-iro togarashi,
- Furikake y nori,
- Semillas de sésamo

EXTRA	
Aguacate	+2.5
Boniato asado	+1
Pan de masa madre	+1.5
Proteína	+3
Verdura/Salsa	+0.5



ENSALADAS

Elige hasta 2 bases:

- Arroz de sushi – Mezcla de ensalada – Quinoa

Cured Salmon

16

Rábano, cebolla, wakame, mango, vinagreta de trufa y yuzu, mayonesa de lima, cebolla crujiente, semillas de sésamo

Health Note: El wakame y el sésamo favorecen la salud de la tiroides y la inmunidad.

Shoyu Tuna

17

Edamame, zanahoria, chalo- ta, tomates, vinagreta de miso y sésamo, mayonesa de wasabi, furikake de sésamo, cebollino

Health Note: El atún aporta pro- teína magra y omega-3; el edama- me es rico en fibra y ácido fólico.

Fried prawn

16

Pepino, edamame, mango, chalota, vinagreta de limón y hierbas, mayonesa de acevi- chado, cebollino, togarashi

Health Note: Los camarones son bajos en grasa y altos en proteín- as; el mango aporta vitaminas A y C

Grilled Salmon

18

Boniato asado, zanahoria, aceitunas, edamame, vina- greta de miso y sésamo, teriyaki, maíz cancha, furikake & nori

Health Note: Las aceitunas y el salmón favorecen la salud cerebral y cardiovascular; el miso ayuda en la digestión.

BBQ chicken

16

Pepino, zanahorias, cebolla, tomates, vinagreta de hier- bas con limón, mayo lima, almendras, cebollino

Health Note: Las almendras pro- porcionan energía de liberación lenta y vitamina E.

Braised Beef

18

Boniato asado, maíz, pepino, cebollas, vinagreta de hier- bas con limón, mayonesa de sriracha, cebolla crujiente, cebollino

Health Note: Equilibrada en pro- teínas y antioxidantes; el picante de la sriracha favorece el metabo- lismo.

Miso Tofu

16

Rábano, maíz, wakame, acei- tunas, vinagreta de miso y sésamo, salsa de miso y tahini, nana-iro togarashi, furikake & nori

Health Note: El tofu es una pro- teína vegetal completa; el miso y el wakame favorecen la salud intesti- nal y de la tiroides.

Pulled mushrooms

17

Cebollas, edamame, chalota, boniato asado, vinagreta de trufa y yuzu, teriyaki, cebolla crujiente, semillas de sésamo

Health Note: Las setas contienen antioxidantes y apoyan la función inmune.

HOMEMADE DRINKS AND MORE



NATURAL JUICE

Fresh orange 4
Zumo de naranja recién exprimido, rico en vitamina C.
Health Note: Refuerza el sistema inmune e hidrata naturalmente..

Golden root 5
Cúrcuma, pimienta negra, naranja, zanahoria, piña.
Health Note: Antiinflamatorio y antioxidante.

Detox 5
Manzana, piña, pepino, apio, limón, uva
Health Note: Refrescante y ayuda a la digestión.

Beet boost 5
Remolacha, manzana, zanahoria, jengibre.
Health Note: Estimula la circulación y el hígado

SUPER SMOOTHIE

Golden Monkey 8
Dátiles, plátano, canela, crema de cacahuete, leche de almendra.
Health Note: Fuente natural de energía y potasio.

Violet 8
Açaí, arándano, fresa, leche de almendra.
Health Note: Antioxidante, apoya la concentración

Tropical 7
Mango, maracuyá, leche de almendra.
Health Note: Rico en vitaminas, apoya la memoria y enfoque.

EXTRA	
Jengibre	+2
Proteína de chocolate	+2
L-theanine	+2
Lion’s mane mushrooms	+2

MOCKTAILS

Ginger mint lemonade 6
Jugo de limón natural, infusión de jengibre, hojas de menta.
Health Note: Refrescante y digestiva

Mint hibiscus tea 5
Té frío de hibisco con menta fresca.
Health Note: Antioxidante e hidratante

COFFEE & TEA

Espresso 1.5

Caffè Latte 4
Café espresso con leche vaporizada
Health Note: Energizante y clásico

Matcha Cloud 6
Matcha batido con leche
Health Note: Rico en antioxidantes, promueve el enfoque tranquilo.

VITAMIN WELL

Boost 5
Arándano, frambuesa
Healt Note: Vitamina C, zinc y selenio

Enhance 5
Naranja
Healt Note: Vitamina C, B6, niacina y ácido pantoténico

Refresh 5
Limón, kiwi
Healt Note: Vitamin B12 y C zync

Reload 5
Limón, lima
Healt Note: Vitaminas B y D, magnesio y zinc

BEVERAGES

Junglebowl

DRINK

Agua

2.00

Agua con gas

2.50

Coca cola

3.00

Coca cola 0

3.00

Fanta orange

3.00

Fanta lemon

3.00

Estrella galicia

4.00

Corona

4.00

Radler

4.00

Beer no gluten

4.00

Beer no alcohol

4.00

Vino blanco

4.00

Vino rosado

4.50