

ENSALADAS

KALE Y CÉSAR	\$17
Lechuga romana, col rizada, pollo asado, picatostes, queso parmesano, aderezo césar casero	
SALMÓN Y CÉSAR	\$24
Lechuga romana, col rizada, filete de salmón a la parrilla, picatostes, queso parmesano, limón, aderezo césar casero	
POLLO THAI	\$17
Baby greens, pollo a la parrilla, mango, aguacate, cereza tomates, zanahoria, semillas de sésamo, aderezo de sésamo tostado	
FILETE	\$24
Bistec a la parrilla, verduras tiernas, zanahoria, rábano, tomates cherry, aderezo de manzana, balsámico y sésamo tostado	
SALMÓN TERIYAKI	\$26
Filete de salmón a la parrilla, papas al horno, tomates cherry, limón, zanahoria, verduras tiernas, balsámico y aderezo de sésamo tostado	
SALMÓN AHUMADO	\$20
Col rizada, verduras tiernas, salmón ahumado, aguacate, calabaza asada, tomates cherry, rábano, limón, aderezo balsámico, aceite de oliva	
THAI SHRIMP	\$19
Baby greens, camarones a la parrilla, aguacate, zanahoria, rábano, tomates cherry, semillas de sésamo, aderezo de sésamo tostado	
COBB DE PAVO	\$18
Pavo a la parrilla, mix de verduras, maíz, huevo, tomates cherry, aderezo de queso azul	
VEGGIE	\$16
Verduras tiernas, calabacín asado, zanahoria, tomates cherry, garbanzos, tofu a la parrilla, limón, aceite de oliva, aderezo balsámico	
GRIEGO	\$16
Baby greens, queso feta, aceitunas, pepino, tomates cherry, cebolla en escabeche, pimientos, aderezo griego	
ITALIANO	\$19
Verduras tiernas, bola de mozzarella fresca, tomates secos, aceitunas, aceite de oliva, limón, cebolla encurtida, ajo, orégano, pan crujiente	
BUFFALO SPICE	\$18
Pollo Buffalo, verduras baby, queso feta, zanahoria, tomates cherry, picatostes	

Añadir: \$1 - aguacate, tomates cherry, huevo, queso feta
\$3 - tofu, arroz, papas al horno
\$4 - pollo, pavo, bola de mozzarella fresca

BOWLS Y BURRITOS

POLLO SALUDABLE	\$18
Arroz, pollo deshebrado, mozzarella, calabaza, champiñones, calabacín, aguacate, frijoles negros, aderezo balsámico, tomates	
VEGGIE	\$17
Arroz, tofu a la plancha, huevo, mozzarella, calabaza, champiñones, calabacín, frijoles negros, aguacate, aderezo balsámico	
POLLO TERIYAKI HAWAIANO	\$19
Arroz, pollo con teriyaki, tomates cherry, mozzarella, frijoles negros, lechuga, aguacate, piña asada, aderezo balsámico, semillas de sésamo	
FILETE	\$25
Arroz, bistec a la parrilla, mozzarella, frijoles negros, lechuga, aguacate, calabaza, champiñones, calabacín, aderezo balsámico, semillas de sésamo	
SHRIMP	\$20
Arroz, camarones, mozzarella, frijoles negros, lechuga, tomates cherry, aguacate, calabaza, champiñones, calabacín, semillas de sésamo, aderezo de sésamo	
CUENCO VEGANO	\$17
Arroz, tofu, frijoles negros, lechuga, tomates cherry, aguacate, calabaza, champiñones, calabacín, aderezo italiano, semillas de sésamo	

WRAPS

KALE Y CÉSAR	\$17
Pollo a la parrilla, lechuga romana, col rizada, queso parmesano, aderezo césar casero	
MEDI	\$17
Pollo a la plancha, lechuga, queso feta, cebolla encurtida, aceitunas, aderezo griego	
POLLO AL CURRY	\$17
Pollo al curry, lechuga, tomates cherry, zanahoria, cebolla, mozzarella	
FILETE	\$24
Bistec a la plancha, lechuga, calabaza, champiñones, calabacín, tomates cherry, aderezo de queso azul	
SALMÓN AHUMADO	\$20
Salmón ahumado, aguacate, verduras tiernas, tomates cherry, aderezo balsámico	
SHRIMP	\$19
Camarones a la parrilla, lechuga, tomates cherry, calabacín asado, mango, aderezo césar casero	
COBB DE PAVO	\$17
Pavo a la parrilla, huevo, maíz, tomates cherry, lechuga, aderezo de queso azul	
AGUACATE DE PAVO	\$19
Pavo asado, tocino, mozzarella, aguacate, tomates cherry, lechuga, mayonesa casera de mostaza y miel	
VEGGIE	\$17
Hummus, calabacín, champiñones, calabaza, lechuga, cereza tomates, frijoles negros, cebolla en escabeche, aderezo balsámico	
BUFFALO SPICE	\$18
Pollo Buffalo, verduras baby, queso feta, zanahoria, tomates cherry	

POSTRES

PASTEL DE LAVA DE CHOCOLATE	\$10
Pastel de chocolate caliente sin gluten servido con bayas	

BATIDOS/SMOOTHIES

BATIDOS (20 OZ)	\$12
Con leche de almendras sin azúcar, acai, agua de coco	
• JARDÍN FRESCO ACAI	
Acai, plátano, fresa, arándano, leche de almendras	
• BLUE MAJIK	
Piña, mango, plátano, polvo majik azul, leche de almendras	
• ACAÍ DE CACAO	
Acai, plátano, mantequilla de maní, cacao en polvo, leche de almendras	
• PB&A	
Acai, plátano, mantequilla de maní, leche de almendras	
• GREEN DRAGON	
Plátano, col rizada, espinacas, miel, jengibre en polvo, leche de almendras	
• TORNILLO DE COCO	
Espirulina, plátano, mantequilla de maní, pulpa de coco, agua de coco, leche de almendras	
• SENSACIÓN DE FRESCO	
Maracuyá, plátano, mango, agua de coco	
• PINK LADY	
Plátano, mango, piña, fresa, arándano, agua de coco	
• PROTEÍNA CRUDA	
Plátano, canela, proteína en polvo, mantequilla de maní, leche de almendras	
GIRAR BATIDO EN UN TAZÓN (18 OZ)	\$16
Cubierto con plátano, bayas, hojuelas de coco, semillas de chía, y granola sin gluten	

DESAYUNO

DESAYUNO INGLÉS \$15

Salchichas a la parrilla, huevos estrellados, tocino de pavo, frijoles, champiñones a la parrilla, tomates, pan tostado

TORTILLA \$14

Tocino de pavo crujiente, mozzarella, guisantes, tomates, ensalada pequeña, pan crujiente

HUEVOS REVUELTOS

A LA GRIEGA \$14

Huevos, queso feta, cebolla en escabeche, espinacas tiernas, tomates, pimientos, ensalada pequeña, pan crujiente

WRAP DE DESAYUNO \$14

Cebolla verde, huevos revueltos, queso mozzarella, tocino de pavo, aguacate, tomates, mezcla de primavera, mayonesa de miel y mostaza. Servido en tortilla tostada.

TOSTADA DE AGUACATE \$12

Guacamole casero, huevos estrellados, rábano



fresh garden
bowls