



**TASTY BEET®**

JUICE BAR & HEALTHY FOOD

Menu



# Desayunos

## Desayunos Salados

TS

### HUEVOS TASTY

Huevos pochados sobre un pan artesanal con queso chihuahua, jamón de pechuga de pavo, tomate deshidratado, acompañados de hummus de frijol y chipotle, y salsa de chipotle.

### HUEVOS KATE

Huevos estrellados montados sobre espinacas, morrones, champiñones salteados en ajo. Acompañados de pan integral tostado con aguacate y pimienta.

TS

### CHILEAQUILES ROJOS

Huevos estrellados montados sobre totopos de nopal horneado, bañados en salsa roja de la casa, queso chihuahua, cebolla morada y cilantro. Acompañados de hummus de frijol-chipotle.

TS

### CHILEAQUILES VERDES

Huevos estrellados montados sobre totopos de nopal horneado, bañados en salsa verde de la casa, panela, cebollín, cilantro, aguacate y dip de yogurt griego de acompañamiento.

### MOLLETES

Los molletes más ricos y sanos que comerás acompañados de rabanitos y queso panela.

### OMELET TASTY

Omelet de huevo relleno de espinacas, queso panela, pan tostado y jamón de pechuga de pavo. Acompañado de pan multigrano tostado.

TS

### SHO SHO RIZO

Huevo revuelto con champiñones y nuestro chorizo vegano hecho en casa, acompañado de tortillas de nixtamal azul, aguacate y hummus de frijol-chipotle.

TS

### COMBEET

Media orden de Chileaquiles (Totopos de nopal horneado, salsa a elegir, queso chihuahua, cebolla y cilantro), omelet con espinacas, humus de frijol y pan integral.

### HUEVOS AHUMADOS

Huevos estrellados sobre pan artesanal, aguacate y salmón ahumado. Acompañado de salsa de cilantro y jalapeño.

### TOAST SALMÓN

Dip de yogurt griego con kale, espinaca y alcachofa, salmón ahumado tomate cherry y chile quebrado, sobre una rebanada de pan Ezequiel.

### OMELET BELLO

Omelet de claras relleno de portobello, aguacate, arúgula y un toque de parmesano. Acompañado de pan multigrano tostado.

K

### AVOKETO

Huevos pochados y kale horneado sobre aguacate, montados en una salsa de chile ancho con cacahuete y pepitas de girasol.

### MACHAQUEÑO

Huevos estrellados, machaca y cebollín montados en dos tortillas de nixtamal azul, bañados en salsa de chile ancho y nuestra salsa verde.

### DARK CHILEAQUILES

Huevos estrellados montados sobre totopos de nopal horneado, bañados en salsa de chile ancho, queso chihuahua, cebolla morada y aguacate.

### WAFFLE SALADO

Omelet de huevo, espinaca, pechuga de pavo, champiñones, cebolla; entre dos mitades de waffle, bañado en salsa de cilantro y queso de cabra.

## Desayunos Dulces

V

### DELI CAKES

Pan cakes veganos e integrales. toppings: coco tostado, blueberries, nuez y fresas.

V

### FRENCH PINUTS

Pan francés de Ezequiel con linaza, plátano, leche de almendras y chia. Servidos con crema de cacahuete hecha en casa, berries, plátano, coco y crema de dátil y almendras.



# Bowls



## CACAO BOWL

Pudín de chía hidratada en leche de almendras y cacao orgánico, con coco rallado, plátano y fresa.

## FRUTA DE TEMPORADA

Pregunta por nuestra fruta en existencia, se puede acompañar de yogurt y granola. **Yogurt griego +\$15**

## SUPER VASO

Capas de yogurt, chía hidratada, granola, tres frutas a elegir y dos super foods.

## AVENA OVERNIGHT

Avena overnight con germen de trigo y linaza, preparada con leche de almendra.

### A elegir:

- Matcha, fresa, blue berries, coco rallado y quinoa inflada.
- Cacao, proteína de chocolate, miel de agave, cacao nibs, quinoa inflada y plátano.
- Crema de cacahuete, miel de agave, quinoa inflada, coco, plátano, fresa y chía con chocolate amargo.

# Waffles

---

## **NAPOLITANO**

Fresa, plátano, salsa de cacao orgánico y miel de agave.

## **COCOSTADO**

Fresa, crema de cacahuete hecha por la casa, yogurt, coco tostado y miel de agave.

## **WATCHA**

Berries, plátano, coco, matcha y miel de agave.

## **CANELAZO**

Manzana, canela, nuez y miel de agave.



# Vegan Toast

---

## CACAHUATÓN

Crema de cacahuete, manzana, miel de agave y cacao nibs.

## ÑOM

Hummus de garbanzo, champiñones al ajillo, germinado de alfalfa, calabacitas y aceite de oliva.

## BETTA

Hummus de betabel, aguacate y semillas de girasol.



# Paninis



BEST SELLER



VEGETARIANO



VEGANO

Todos nuestros paninis contienen espinacas, mix de lechugas orgánicas y germinado de alfalfa.

## Elige tu tipo de pan:

Multigrano | Panini integral de hierbas | Ezequiel | Ezequiel gluten free

## Paninis Frios

### PARCERO

Jamón de pechuga de pavo, queso panela, pepino, aguacate, pimientos y salsa de cilantro.

### TUNA

Atún, aguacate, apio, nuez, cebolla morada, manzana y salsa de cilantro.



### VAINA LOCA

Betabel, pimienta cayena, queso de cabra, arándano, nuez y salsa de cilantro.



### BOCATA

Jamón serrano, tomate, aceitunas negras, queso chihuahua y salsa de chipotle.

## Paninis Calientes



### PAPATZUL

Milanesa de res, hummus de frijol negro con chipotle, pimienta y queso chihuahua.



### I DO

Fajitas de pollo, queso panela y salsa de chipotle.



### SAND-LUDABLE

En pan ezequiel, láminas de calabaza, cebolla, champiñones, hummus de garbanzo, aguacate, tomate fresco, tomate deshidratado, aceitunas y mix de lechugas orgánicas.

### PANINI ROSTBEET

Roastbeef (40gr.), portobello y tomate a la plancha, arúgula, queso chihuahua y aderezo chipotle dulce. Acompañamiento de Taro Chips o ensalada.

### PESTINO

Panini de pollo (150gr.) al pesto de albahaca, espinacas, arúgula, queso chihuahua y aderezo de cilantro. Acompañamiento de Taro Chips o ensalada.



# Hamburguesas

---



## TUN-TUN

Hamburguesa de atún fresco (125gr.) sellado en pimienta y limón, en pan integral de ajo y parmesano, con aderezo de chipotle, aguacate, cebolla, germinado de alfalfa, betabel y pimienta cayena.

## SUPREME TASTY

Sándwich prime con (200gr.) de Rib-eye término tres cuartos; servido en un pan de especias con mix de lechugas orgánicas, aguacate, tomate, una mezcla de salsa soya, cebolla y champiñones, acompañado de aderezo chipotle.

## CHICK N' BURGUER

Hamburguesa de pollo (150gr.), mix de lechugas orgánicas, aguacate, aderezo de chipotle y relish de col morada, zanahoria y salsa tzatziki. Acompañó de Taro Chips o ensalada.

## GREEN BURGER

Hamburguesa vegana de garbanzo, champiñones, avena, ajo, aguacate, nodles de calabaza, mostaza y mix de lechugas orgánicas.

# Ensaladas

---

\*Todas nuestras ensaladas están preparadas con una base de mix de lechugas orgánicas y espinacas.

## Ensaladas Frías

### TASTY BEET

Betabel, cebolla morada, arándanos, nuez, queso de cabra, vinagreta de miel y limón.

### KINOYA

Quinoa, arándanos, almendras, fresa, queso de cabra y vinagreta de berries.

### CACHOFA

Pechuga de pollo (100gr.), alcachofa, tomate deshidratado, portobello, arúgula, aguacate, queso panela y vinagreta de vinagre balsámico y aceite de tomate.

## Ensaladas Calientes

### MOÑUDA

Pasta, brócoli, arándanos, nuez, manzana y salsa chipotle.

### ROSA SALMÓN

Salmón (100gr.), aguacate, tomates cherry, pepino y vinagreta pimienta-limón.

### LA ROJA

Quinoa, brócoli, tomate deshidratado, aceite de tomate, aceitunas, pechuga de pollo (100gr.) a la plancha, queso de cabra y aguacate.







KETO



VEGETARIANO



VEGANO

# Platos Fuertes

**\*Incluyen side de ensalada de la casa**

(mix de lechugas, espinacas, tomate cherry, pepino, aguacate y vinagreta balsámica y especias.)

## PERUANA\*

Pan pita integral con fajitas de pollo (150gr.), hummus de frijol con chipotle, tomate, cebolla, queso chihuahua y especias.

## VALENCIANA\*

Medallón de atún fresco sellado (260gr.) con un toque de jugo de cítricos y especias, cebolla, germinado de alfalfa, acompañado de tostadas con aderezo de chipotle y aguacate.

## DUBAI\*

Milanesa de pollo (200gr.) empanizada con quinoa, acompañada de hummus de betabel hecho en casa.

## EL CHINO\*

Rollitos de milanesa de res (200gr.) rellenos de vegetales, montados sobre noodles de calabaza y zanahoria, salteados en una vinagreta agri dulce y cacahuates.

## CHICK N' ROLL

Rollitos de pechugas de pollo (200gr.) rellenos de espárrago, envueltos en láminas de jamón serrano, acompañados de un risotto de avena entera y nuestro delicioso pesto de nuez.

## OOM BOWL

Poke bowl de atún fresco (200gr.) marinado en salsa de soya y limón, sobre arroz de coliflor. Acompañado de pepino, zanahoria, aguacate, cebolla de rabo, ajonjolí, ejotes, poro y salsa siracha.

## ITALIANO

Portobellos mini rellenos de quinoa, garbanzo, tomate deshidratado, pimientos, brócoli, queso parmesano, queso de cabra y reducción de balsámico.

## NORUEGO\*

Salmón sellado (200gr) acompañado de una limoneta a las hierbas. Kale chips y risotto de avena entera con tomate deshidratado especiado.

# Sopas

## MISOUP

Sopa estilo miso con noodles de calabaza, espárragos y cebolla de rabo.

## UNA INDI

Crema de nuez de la india, servida con portobello marinado en tahini y espárragos salteados.

## SOPA DEL DÍA



# Healthy Kids

---

## WAFFLE CON MIEL

## HUEVITOS

Huevitos revueltos con jamón de pechuga de pavo, acompañados de pan tostado con crema de cacahuete y plátano.

## COPA DE FRUTA

Fruta a elegir.

## CLUB SANDWICH

## LECHE CON CHOCOLATE

SILK ALMOND (190ml)



# Postres

---

## **MAT-CHO**

Pay vegano de matcha con costra de granos endulzados con dátiles acompañado de cacao nibs y berries.

## **MI APOL**

Noodles de manzana con crema de cacahuete hecha en casa salsa de cacao orgánico, nuez y coco tostado.





**TASTY BEET®**

JUICE BAR & HEALTHY FOOD

*Bebidas*



# Jugos

---

## Energeticos

### **ENERGIZER**

Naranja, pepino, manzana, piña, jengibre, espinaca y limón.

### **PINKY**

Mix de berries, fresa, naranja y manzana.

### **FORTACHÓN**

Naranja, zanahoria, manzana y apio.

## Quemadores

### **CLÁSICO**

Naranja, piña, apio, nopal y espinaca.

### **MR. BEET**

Naranja, betabel, apio y limón.

### **QUEMADOR**

Torónja, piña, apio, nopal y miel de abeja.

### **INMUNE**

Naranja, nopal, apio, limón y miel de abeja.

### **AFTERPARTY**

Agua de coco, manzana, piña, jengibre y carbón activado.

### **VEGAS**

Manzana, espinaca, limón, jengibre y cayena.

### **GRINCH**

Pepino, apio, espinacas, limón y agua purificada.



# Smoothies

## CARIBE

Plátano, fresa, coco y miel de abeja.

## MANGO TANGO

Mango, proteína orgánica vegetal de vainilla y hemp seeds.

## BANANO

Fresa, plátano y vainilla.

## DARKY

Plátano, proteína orgánica vegetal de chocolate y cacao orgánico.

## MATCHALADA

Matcha, leche de coco, canela y piña.

## KIWO

Kiwi, yogurt griego, mango, fresa y miel de agave.

## MANGANESIO

Mango, linaza, nuez y miel de agave.

# Ármalo tú mismo

## 1. ELIGE TU LECHE

Regular

Soya

Deslactosada

Light

Coco

Almendra

## 2. ELIGE HASTA 3 INGREDIENTES

Mango

Manzana

Fresa

Berries

Papaya

Piña

Naranja

Plátano

Betabel

Aguacate

Espinaca

Jengibre

Toronja

## 3. ELIGE 2 SUPERFOODS & EXTRAS

Cacao nibs

Cacao en polvo

Cayena

Espirulina

Polen

Hemp seeds

Miel de agave

Coco rallado

Aceite de coco

Crema de cacahuete

Dátiles

Nuez

Almendras

Amaranto

Avena

Granola

Miel de abeja

Vainilla

Canela

Maca

Cúrcuma

Pasas

Ciruela

Linaza.

## 4. SUPER FOODS PLUS

Matcha

Proteína de hemp

Proteínas orgánicas  
de vainilla y chocolate

Gingseng

Carbón activado

Goji berries



# Café

---

**AMERICANO**

**CAFÉ DE OLLA**

**CAPUCHINO ORIGINAL**

12 oz. (354ml) / 20 oz. (591ml)

**CHOCOLATE CALIENTE**

12 oz. (354ml) / 20 oz. (591ml)

**LATTE**

12 oz. (354ml) / 20 oz. (591ml)

**ICED COLD BREW**

\*Cubos de leche de almendras congelados  
bañados en café cold brew.



# Tés

---

**VERDE MARACUYÁ**  
**TÉ VERDE**

**MENTA MARROQUÍ**  
**MANZANILLA LAVANDA**

## Tisanas

**COCO ARÁNDANO**

**FRUTOS DEL BOSQUE**

## Tés Lattes

**MATCHA LATTE**  
**CHAI VAINILLA**

**GOLDEN DRINK**





# Shots Funcionales

## CUCU

Extracto de raíz de cúrcuma, piña y pimienta negra.

- Reconstructor muscular, ayuda en la cicatrización de heridas y actúa como protector hepático, sin olvidar su acción en la disminución del colesterol malo.

## **BS** JENGIBRE

Jengibre, limón, miel de abeja y pimienta cayena.

- Combate síntomas del resfrío, refuerza tu sistema inmunológico, limpia las toxinas y ejerce una función antiinflamatoria.

## CÍTRICO

Jengibre, piña y naranja.

- Rico en vitamina C, boost de energía para comenzar el día, con piña que es un digestivo natural, y jengibre que ayuda a revertir el envejecimiento prematuro.

## MANZANÍSIMO

Vinagre de manzana de la región y canela.

- Alcaliniza tu organismo, además de ayudar a quemar grasa por la combinación de sus ingredientes.

# Bebidas

---

**AGUA DE JAMAICA**

**JAMAICA FRUTOS ROJOS**

**AGUA PEPINO LIMÓN**

**LIMÓN, FRESA Y MENTA**

**LIMÓN, AGUA COCO Y CHIA**

**LIMONADA / NATURAL O MINERAL**

**TÉ VERDE, PIÑA Y MENTA**

