



natural10^{AÑOS}

EN BALANCE *contigo*

Menu



Gluten
free



Sin
Azucar
añadida



Plant
Based



Favorito



Alta
Proteína



Bienvenidos a Naturalia

A manera de Ecofast Food, Naturalia te ofrece productos naturales, frescos y de la mejor calidad. Nos esforzamos por crear un espacio saludable, sustentable y con un servicio calido para que disfrutes este momento que es tuyo.

Cocinaremos para ti con mucho amor, que lo disfrutes.



Pet Friendly

Si nos acompaña tu mascota solicita un tazón con agua de cortesía y nuestra opción de menú para tu amiguito.

Avena



AVENITA BREAKFAST 1-2-3

16 oz \$60

1. Base

Avena, leche de almendra, chía y yogurt natural

2. Endulzante a elegir

Miel, chocolate, maple, crema de maní

3. Fruta a elegir

Fresa, manzana, plátano + coco



AVENA CALIENTE \$89

Bowl de avena cocida, manzana, plátano, arándano, nuez, leche y canela.

Leche de almendra o coco + \$16

Cócteles



CÓCTEL DE TEMPORADA \$55

Agrega yogurt natural por \$20

Pudín



CHÍA

\$65

Pudín de chía con puré de fruta, yogurt y frutos rojos.



naturalia

Bowls



ACAÍ BOWL \$115

Base de leche de almendra, blueberries, fresa, plátano y zarzamora, acaí con fresa, plátano, granola al tope.



CHOCO BOWL \$115

Base de mango, cacao, plátano, crema de maní y leche de almendra; con plátano, granola y coco al tope.



Desayunos

Eggs

OMELETTES



DE LA CASA \$140

Relleno de jamón, queso, champiñones bañado en salsa a elegir.

PAVO PANELA \$120

RAJAS CON QUESO \$120

VERDURAS AL GRILL \$120



CLARAS + \$20



2 COMPLETOS



+ HUEVO EXTRA \$12

SALSAS

Poblana

Chipotle

Mole dulce



naturalia



Los clásicos

Chilaquiles

Elaborados con tortillas de maíz y nopal horneadas y acompañados de ricos frijoles negros.



CHILALLETES \$95

Molletes con chilaquiles y huevo

SALSAS

CREMOSAS

Poblana
Chipotle
Suiza

BASE AGUA

Verde
Mole dulce

SENCILLOS \$80

2 pz Huevos	\$95
160 gr Pollo	\$120
160 gr Arrachera	\$135
Proteína extra	\$25
Huevo extra	\$15

Molletes

TRADICIONALES \$55

Pan multigrano con frijol negro, queso gratinado y pico de gallo.

Hotcakes

Hechos con harina casera de avena, amaranto, plátano y leche de almendras.



TRADICIONALES \$95



PROTEÍNA \$155

AVENA \$110

Crema de maní o mermelada.



naturalia

Ensaladas

ADEREZO EXTRA \$18

Ranch light, Mostaza dulce, Mil islas, Italiano light, Balsámico, Olivo con hierbas, Mediterráneo, César

PROTEÍNA EXTRA \$35

VAQUERA

\$185

Lechuga, espinaca, cebolla morada, pepino, guacamole y arrachera (160 gr)

SUPREMA

\$149

Lechuga, espinaca, tomate, pepino, zanahoria, pimientos y pechuga de pavo (120 gr)

GRIEGA

\$130

Lechuga, tomate, pepino, cebolla morada, aceitunas, queso de cabra.

ROJA

\$165

Pollo a la plancha, lechuga, fresa, uva roja, nuez, arándano y queso de cabra.

VERDE

\$185

Lechuga, espinaca, pepino, manzana verde, uva verde, nuez, queso de cabra, fajitas de pollo (160 gr)

TROPICAL

\$149

Lechuga mix, tomate, aguacate, piña a la plancha, cebolla morada y fajitas de pollo (160 gr)

CHICKEN FAJITA

\$149

Lechuga mix, pepino, espinaca, tomate, arándano, nuez, queso de cabra y fajitas de pollo (160 gr)

CHICKEN & BACON

\$175

Lechuga, apio, tomate, ejote, zanahoria, panela, cebolla asada, pollo a la plancha y tocino.

Arma tu combo

SELECCIONA TU PLATILLO



SANDWICH



CHAPATA



PITA



WRAP



HAMBURGUESA

SELECCIONA TU MATCH



SOPA DEL DÍA



MEDIA ENSALADA



PAPAS

*TODOS LOS PLATILLOS CONTIENEN LECHUGA, TOMATES Y CEBOLLA



SOPAS

\$75

Crema de Brócoli
Crema de Tomate y ajo rostizado
Caldo Tlalpeño



PAPAS GAJOS

\$60



naturalia



Ciabattas



COWBOY



Arrachera (160 gr), guacamole, lechuga, queso fundido y un huevo estrellado.

 \$185  \$224  \$239  \$209



POLLO CALIFORNIA

Delicioso pollo a la plancha (160 gr), queso fundido, espinaca, aguacate, pimientos y champiñones asados.

 \$169  \$195  \$209  \$189

OMELETTE

Lechuga, tomate, omelette con pavo y panela.

 \$169  \$195  \$209  \$185

POLLO CHIPOTLE

Picosito pollo al chipotle (160 gr) acompañado de queso fundido, cebolla asada, lechuga y tomate.

 \$169  \$195  \$209  \$189

PAVO

Exquisita pechuga de pavo (120 gr), acompañada de queso panela, aguacate, lechuga, tomate y aderezado con vinagreta.

 \$169  \$195  \$209  \$189

**PORCIÓN EXTRA
DE PROTEÍNA \$35**



Pitas



ARRACHERA

Taco de pan árabe integral, arrachera (120 gr), pimientos asados, lechuga, tomate, aderezo griego y cebolla morada.

 \$165  \$195  \$205  \$179



CHICKEN PITA

Taco de pan árabe integral, pollo a la parrilla (120 gr), pimientos asados, lechuga, tomate, aderezo griego y cebolla morada.

 \$159  \$189  \$199  \$169

VEGGIE PITA

Taco de pan árabe integral, portobello, pimientos asados, lechuga, tomate, aderezo griego, calabaza y cebolla morada.

 \$159  \$189  \$195  \$170

*INCLUYE AGUA





Sandwiches

ELIGE TIPO DE PAN:

MULTIGRANO



ARÁNDANO Y NUEZ



PAVO

Deliciosa pechuga de pavo (100 gr), queso panela, lechuga, tomate, aguacate, aderezado con vinagreta.



\$139



\$175



\$185



\$155



POLLO

Sabroso pollo al chipotle (80 gr), servido con queso fundido, cebolla asada, lechuga y tomate.



\$139



\$175



\$185



\$155

Hamburguesas



RES

Hamburguesa de carne de res Angus con queso gratinado, cebolla morada, lechuga, tomate y guacamole.



\$129



\$205



\$215



\$175

POLLO

Delicioso pollo al chipotle (80 gr), acompañado con queso fundido, cebolla asada, lechuga y tomate.



\$120



\$175



\$189



\$145

*TODAS LAS HAMBURGUESAS ESTÁN ELABORADAS CON PAN ARTESANAL BRIOCHE



ADEREZOS

Cilantro • Mostaza antigua • Anguila • Buffalo • Chipotle • Pesto de cacahuete • Olivo con hierbas • César • Ranch • Italiano • Romero con lima • Balsámico • Soya spicy

CALIFORNIA

Burrito de tortilla integral con aguacate, espinacas, pollo a la plancha (80 gr), queso, champiñones y pimientos asados.



\$135



\$189



\$199



\$169

COWBOY

Burrito de tortilla integral con guacamole, lechuga, arrachera (80 gr) y queso.



\$145



\$195



\$205



\$179

HAZLO Combo Wraps



Poke Bowls



CHICKEN BOWL \$155

Arroz, tomate, pepino, zanahoria, apio, brócoli, calabacín y pollo.



VEGGIE BOWL \$129

Arroz, champiñones, aguacate, brócoli, coliflor, ejotes, morrones, zanahoria y edamames.

MEAT LOVERS \$175

Arroz, brócoli, zanahoria, calabaza, ejotes, tomate, cebolla morada, aguacate y arrachera.

Shots \$25

DIGESTIVO

Manzana, jengibre, limón y cayena.



ANTINFLAMATORIO

Piña, jengibre y cúrcuma

Coffee Station



Fríos

TÉ MATCHA \$80

Té verde que ayuda a adelgazar, reducir estrés, estimular las defensas, reducir colesterol y combatir el cáncer.

Con leche de almendra o coco.

TÉ \$39

Helado o caliente.
Manzanilla, frutos del bosque, verde y hierbabuena.

MASALA CHAI \$70

Con leche en las rocas o frappé.

ENERGY SHOT \$35

Cold Brew en las rocas.

COLD BREW ICE LATTE \$60

Jarabe de mascabado y leche espumada.

COLD BREW TONIC \$75

Agua tónica y toronja.



naturalia



Calientes

AMERICANO \$30

MASALA CHAI \$70

CAPUCCINO \$60

TÉ DE SABORES \$35

LATTE \$60

Jugo
Terapia



Frutales

(500 ml.)

\$75



CORAZÓN SANITO

Mezcla de fresa, naranja y kiwi.

ANTICHU

Deliciosa combinación de fresa y naranja.

BARBIE

Mezcla de naranja, piña, papaya, fresa y arándanos.

Verdes

(500 ml.)

\$75



JUGO VERDE

Mezcla de espinaca, pepino, manzana, jengibre, limón, perejil y apio.

BYE LLANTITA

Combinación de naranja, toronja, piña, nopal y linaza.

NOPALINA

Deliciosa mezcla de toronja o naranja, nopal, apio y piña.



naturalia



Básicos \$40

NARANJA

ZANAHORIA

BÁSICOS MEZCLADOS

Aguas frescas (500 ml.)

*PIDELA CON STEVIA

AGUA FRESCA \$25

Pepino con limón, piña con albahaca y Sandía con fresa.

LIMONADA MINERAL \$55

COCA COLA LIGHT (350 ml) \$38

AGUA MINERAL \$38



Cold Press \$75

GREEN MONSTER

Kale, espinaca, manzana, pepino, apio, perejil, limón y jengibre.

POWER "C"

Naranja, manzana, piña, apio, limón y menta.



naturalia



Smoothies

(500 ml.)

\$95

-  Base de leche
-  Base de coco
-  Base de naranja



BLACKBERRY MANGO

Mango, zarzamora y yogurt.



MALIBU

Naranja, piña, fresa, papaya, arándano.



MOKA BANANA

Cacao, café, crema de maní, plátano y leche de almendra.



MANGO CACAO

Leche de almendra, mango, cacao, plátano y crema de maní.



VERY BERRIE

Berries, zarzamora, fresa y yogurt.

Licuados

\$70

NAPOLITANO

Fresa, plátano, chocolate

GUAYABITA

Vainilla, guayaba, plátano y nuez.

DE LA PASIÓN

Fresa, zarzamora y berries.

*Elige el tipo de leche:
Light, deslactosada light
Leche de almendras, leche de coco

+ \$15

CHOCOBANANA

Plátano, chocolate y vainilla.

IMPERIAL

Dátiles, almendra, canela, plátano, cacao y maple.

COCO LOCO

Coco, nuez, plátano, vainilla y canela.

NEGRITO

Café, cacao, canela, nuez.



(618) 370 1777
PEDIDOS A DOMICILIO



@naturaliadgo