



¡ BUENOS DÍAS !

Jugos frescos ... 330ml

Naranja 149 kcal


Zanahoria 132 kcal

Naranja y zanahoria 140 kcal

Toronja y nopal 109 kcal



Licuaados saludables de ... 330ml

 7 verduras con naranja 35 kcal

 Plátano con leche de almendra y vainilla 84 kcal

 Moras con leche de almendra y chía 74 kcal

 Betabel, zanahoria, uva, manzana y naranja 62 kcal

 "Verde" con piña, apio, naranja y perejil 49 kcal

Café refill

Taza de 250ml/ 2kcal

Té refill


Taza de 250ml/ 0 kcal

Yogurt natural

Tazón de 250 gr /153 kcal

Fruta

 Suprema de toronja 250gr/ 53kcal

 Chabela de fruta fresca de la estación 654 gr/ 224 kcal

 Plato de fruta fresca de la temporada 501gr/ 171kcal

 Plato de fruta fresca de la estación con queso cottage 550gr/ 243 kcal

 Copa Swiss Haus 675gr/ 482 kcal

Pan y Cereal

Tres panes tostados con mermelada y mantequilla 125gr

Dos molletes con frijol y queso

 Avena en leche de almendra con plátano y fresa aparte 350gr / 190 kcal

Waffle 250gr , miel de maple y mantequilla

a elegir tocino 50 grl o jamón 60 gr

Pieza de pan dulce de la canasta 100gr

Coffeecake de manzana

Bajo en calorías

 Enchiladas "Cero grasa" 510 kcal

3 Taquitos de pollo, salsa roja, lechuga y tomate picado

 4 Claras de huevo con espinaca y tomatitos uva 123 kcal

 Tres Huevos "Desierto de Sonora" 333 kcal

Con machaca, salsa mexicana y nopal

 Dos Huevos rancheros 391 kcal

Platos fuertes

Huevos motuleños

Dos huevos estrellados entre dos tortillas pasadas por aceite y untadas con frijoles. Todo bañado de una salsa de tomate con chicharos, queso y chorizo. Rebanadas de plátano macho frito.

Huevos poché "Benedictine"

Sobre muffin dorado en mantequilla y rebanadas de jamón de pavo, dos huevos escalfados glaseados con salsa holandesa.

Huevos sincronizados

Dos huevos estrellados sobre una quesadilla de maíz sincronizada. Salsa verde sobre una yema y salsa roja sobre la otra.

Frittata a los cuatro quesos

Tortilla de tres huevos con quesos fresco, Manchego, Oaxaca y Gouda. Ate de membrillo y nueces garapiñadas.

Chilaquiles rojos o verdes con pollo 150gr/
Con dos huevos estrellados +

Chilaquiles a los tres chiles 330gr
Espolvoreados con cebolla, queso fresco, cilantro y crema.

Tres enfrijoladas de papa con chorizo de soya
Plato vegano

Pan de elote 200gr
Con chilorio mas 80 gr

Omelet de tres huevos a la noruega
Con queso crema, alcaparras y salmón ahumado

Omelet de tres huevos relleno de queso panela
cubierto de salsa de chile verde con granitos de elote

Omelet de tres huevos rellenos con chilorio 40 gr

Omelet de tres huevos con aguacate y queso

Tres enchiladas de pollo 150gr con salsa de tomate :
Con crema y gratinadas con queso

Burrito Suizo. Relleno de machaca y queso
Guacamole

Huevos rotos

Dos huevos estrellados sobre papas fritas, jamón serrano y chorizo español

Frijolitos refritos 126 kcal 3 tortillas de maíz 160 kcal 2 tortillas harina 235 kcal



Menú Amigable

Jugo de naranja

** **

Copita Swiss Haus

** **

Dos huevos revueltos con jamón

o

Chilaquiles rojos gratinados

o

Dos Huevos rancheros

** **

Pan dulce

Café refill

Este menú lo ofrecemos únicamente para grupos menores de 10 personas
Para grupos mayores a 10 personas, solo con una opción como plato fuerte.
Cambios en el menú llevan un cost adicional de \$ 60.-



Menú Saludable



313 a 614 kcal

Licuada de betabel, zanahoria, uva, manzana y naranja 33 ml/ 62 kcal

o

Licuada verde con piña, apio, perejil y naranja 330 ml / 49 kcal

o

Copita de fruta 217gr / 161 kcal

** **

Cuatro claras revueltas con machaca y salsa mexicana 333 kcal

Frijoles de la olla

o

Un pan tostado con cottage y un huevo revuelto 391kcal

Frijoles de la olla

o

Avena en leche de almendra 189 kcal

Platano y fresa a parte

** **

Café o té refill

3 rebanadas de pan tostado +267 kcal

