

BATIDOS Y ZUMOS NATURALES

Batido Verde	4,25€
<i>manzana, kale, apio, leche de avena, dátiles</i>	<i>todo el año</i>
Batido Multifrutas	2,95€
<i>plátano, manzana, pera, naranja, leche de avena</i>	<i>todo el año</i>
<i>plátano, manzana, frutos rojos, leche de avena</i>	<i>en temporada</i>
<i>plátano, manzana, melocotón, leche de avena</i>	<i>en temporada</i>
<i>plátano, manzana, ciruela, leche de avena</i>	<i>en temporada</i>
Zumo natural de naranja	2,95€
Zumo natural de pomelo	2,95€
Zumo natural de naranja y pomelo	2,95€
Agua cítrica de limón, naranja y albahaca	1,25€

DESAYUNOS Y MERIENDAS

CAFÉS

Espresso	1,30€
Con leche (pequeño)	1,50€
Con leche (grande)	1,80€
Con leche de soja (pequeño)	1,50€
Con leche de soja (grande)	1,80€
Con leche vegetal al gusto* (pequeño)	2,10€
Con leche vegetal al gusto* (grande)	2,40€

**avena, espelta, kamut, arroz, almendra, avellana,...*

CAFÉ DE CEREALES

Café de cereales con leche (pequeño)	2,15€
Café con cereales con leche (grande)	2,45€
Café de cereales con leche de soja (pequeño)	2,15€
Café de cereales con leche de soja (grande)	2,45€
Con leche vegetal al gusto* (pequeño)	2,75€
Con leche vegetal al gusto* (grande)	3,05€













**avena, espelta, kamut, arroz, almendra, avellana,...*

GACHAS

Grano entero de avena con fruta fresca de temporada, frutos secos y semillas	4,25€
--	--------------

REPOSTERÍA CASERA

 VEGANO
  SIN GLUTEN
  SIN AZÚCAR
  SIN LÁCTEOS

Croissant de espelta	1,50€
Croissant de espelta integral	1,50€
Berlina	1,60€
<i>bollito relleno de mermelada de frambuesa</i>	
Muffin de espelta integral con manzana	1,70€
Muffin de chocolate y arándanos	1,70€
Muffin de calabaza 	1,70€
Bizcocho tradicional de limón	15,95€/kg
Tarta golosa de chocolate   	18,95€/kg
Tarta al horno de queso	18,95€/kg
Tarta de zanahoria y coco  	18,95€/kg
Bizcocho Superfood 	18,95€/kg
<i>espelta integral y espirulina</i>	
Superballs   	1,50€
<i>bolitas energéticas</i>	
Cookie de pipas de girasol	1,00€
Cookie de sarraceno y pepitas de chocolate	1,00€
Cookie de arroz y coco  	1,00€
Pudding especiado	10,95€/kg
Pan dulce de calabaza  	15,95€/kg

Nuestra repostería está elaborada con ingredientes naturales y ecológicos. No utilizamos colorantes, ni saborizantes, ni conservantes, ni ningún otro aditivo artificial.

Porque lo natural es sano y ¡sabe mejor!

TÉS E INFUSIONES

Té verde, rojo, negro	1,60€
Té roiboos	1,60€
Té desteinado	1,60€
Menta poleo, Manzanilla	1,60€
Té Japonés	2,25€
Infusiones especiadas Yogi Tea	1,95€

SÁNDWICHES FRÍOS

Atún, huevo, cebolla, lechuga y mayonesa	3,95€
Espárrago, pimiento del piquillo, cebolla, lechuga y mayonesa	3,95€

PULGAS

Jamón cocido	2,50€
Lomo ibérico	2,95€
Jamón ibérico Gran Reserva con aceite de oliva y tomate	3,50€
Aceite de oliva, tomate, aguacate y semillas	2,95€

TOSTADAS

En pan de bollo crujiente de trigo o espelta

Mantequilla y mermelada casera	1,95€
Aceite de oliva, tomate y orégano	1,95€
Aceite de oliva, tomate y jamón ibérico GR	3,50€
Aceite de oliva, tomate, aguacate y semillas	3,50€

COMIDAS de 12:30h a 15:30h

LUNES

- Crema "naranja"
- Curry de pollo
- Taboulé
- Quiche de verduras
- Lentejas

MARTES

- Gazpacho
- Burritos de pollo
- Empanadillas de verduras
- Lasaña de verduras
- Arroz integral

MIÉRCOLES

- Crema "verde"
- Pastel de carne
- Pasta italiana con cherrys asados y albahaca
- Milhojas de verduras
- Salteado de setas

JUEVES

- Sopa de miso
- Noodles de arroz con verduras
- Raxo con patatas
- Verduritas asadas
- Quinoa con verduras

VIERNES

- Crema "morada"
- Garbanzos
- Burritos de verduras
- Pizza casera
- Falafel con salsa taratur
- Cuscús

SÁBADO

- Gazpacho
- Pollo asado con patatas
- Empanadilla de verduras
- Croquetitas
- Quiche de jamón
- Tortilla de patata
- Alubias

¡Tomar!

4,25€ la ración de 250 gr (16,95€/kg)

¡Llevar!

3,99€ la ración de 250 gr (15,95€/kg)

Cremas y sopas

3,00€ llevar 3,50€ tomar



HAMBURGUESAS NAM ÑAM!!

Servidas en Pan crujiente de Kamut

Ternera con queso de cabra, cebolla salteada, lechuga y tomate	8,95€	8,50€
Mixta con queso de cabra, cebolla salteada, lechuga y tomate	8,95€	8,50€
Pollo con queso de cabra, cebolla salteada, lechuga y tomate	8,95€	8,50€
Vegetal "a elegir" con aguacate, cebolla salteada, lechuga y tomate	8,95€	8,50€
Ración de patatas fritas	2,95€	2,50€

Y todos los días ¡¡POSTRES CASEROS!!

Compota de manzana	1,00€
Gachas de avena	4,25€
Natillas de canela y limón	2,99€
Tarta de la abuela	3,50€
Tarta de queso fría	3,50€
Macedonia de frutas	2,50€

Empanada

Verduras s/ración



¡A LA PLANCHA!

Tomar

Filete de ternera con guarnición	12,95€
Filete de cerdo ibérico con guarnición	14,95€
Filete de pollo con guarnición	12,95€
Filete de seitán con guarnición	12,95€

Consultar guarnición



ENSALADAS

▪ Lechuga, tomate, cebolla	3,25€
▪ Lechuga, tomate, aguacate, cebolla y mix de semillas	4,50€
▪ Mezclum, tomate, aguacate, cebolla, brotes frescos y mix de semillas	4,95€
▪ Crudités de zanahoria, apio y rábano con hummus	4,95€
▪ Arroz, lentejas, remolacha, pickles y brotes frescos	5,25€
▪ Pasta, tomate cherry, queso feta y albahaca fresca	5,25€
▪ Ensaladilla rusa	5,25€

Tomar

Llevar

biomarket

LaAldea