

Eat better Be happier Live longer

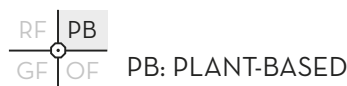


FLAX&KALE es un Restaurante Healthy Flexiteriano. Todos los platos están diseñados pensando no sólo en el mero placer gastronómico, sino también en su valor nutricional. Un 80% de nuestra oferta es Plant-Based y el restante 20% son recetas que incluyen pescado azul. Pocas dudas existen hoy en día respecto a la correlación entre una alimentación sana y un estado de salud libre de enfermedad. Queremos alimentarte mejor para que tú seas más feliz y logres vivir más años con una salud de hierro.

Bienvenidos al fascinante mundo de la alimentación Sabrosa + Sana + Sostenible!



Las enzimas y las vitaminas son sensibles a una temperatura superior a los 48°C, muriendo por encima de los 54°C. Es por ello que todos los platos marcados con **RF** son crudos o han sido cocinados a una temperatura inferior a los 48°C, para mantener intactas todas sus propiedades nutricionales.



Todos los platos marcados con **PB** están elaborados únicamente con ingredientes de origen vegetal. Las plantas, vegetales, frutas, frutos secos y semillas, en estado natural, son los alimentos con una mayor concentración de vitaminas, nutrientes y enzimas que existen en la naturaleza.



Todos los platos libres de gluten están marcados con **GF**. Esto significa que son platos sin harina alguna, o bien que han sido elaborados con otro tipo de harinas que no contienen gluten (quinoa, almendras, trigo sarraceno, coco...).



Los platos marcados con **OF** contienen pescado azul. Este tipo de pescado contiene elevadas cantidades de ácidos grasos esenciales del tipo omega 3, y sus beneficios en términos nutricionales han sido ampliamente demostrados.

FLAX & KALE
— CUINA FLEXITERIANA —

Si usted es alérgico o intolerante a cualquier tipo de alimento, por favor notifíquelo lo antes posible.

DESAYUNO PIM PAM

GOOD MORNING TOAST | 3,95€
pan integral de 6 cereales* + margarina ecológica + *teresa's housemade marmalade*
* *sustituir tostada por spelt croissant* | *housemade gluten-free bread* (+ 1,45€)

FUNGHI COCONUT TOAST | 7,95€
seasonal funghi mix toast + vino blanco + crema de coco + tomillo + trufa negra

MARKET FRUIT SALAD | 4,95€
ensalada de fruta fresca según mercado y temporada

Probably, the most exciting AVOCADO TOAST FAMILY!

CLASSIC AVO TOAST | 4,95€
pan de molde integral + aguacate + limón + cayena + lino + chía

POKE AVO TOAST | 5,95€ **NEW**
pan de molde integral + aguacate + pepino + salmón marinado

MEDITERRANEAN AVO TOAST | 5,95€ **NEW**
pan de molde integral + guacamole + pesto verde + mozzarella
plant-based de coco + aceitunas Kalamata

AVO TOAST 2.0 | 5,95€ **NEW**
pan de molde integral + aguacate + salsa de yuzu + salsa de *açaí* + pistachos + levadura nutricional

EXTRAS : *pan gluten-free* + 1,45€ *salmón marinado* + 2,45€
huevo de corral poché + 1,95€ *huevo de corral revuelto* + 1,95€

BOWLS SALUDABLES

RF | PB
GF | OF

AÇAÍ BOWL | 8,95€

açaí do Brasil + plátano + arándanos + fresas + sandía + bebida casera de anacardos + *crumble* casero de castañas del Brasil + sirope de agave + cañamones + bayas de goji

RF | PB
GF | OF

AÇAÍTELLA BOWL | 8,95€

açaí do Brasil + cacao *raw* + crema casera de avellanas + *crumble gluten-free* + fresas + kiwi + plátano + cobertura de cúrcuma

RF | PB
GF | OF

PINK PITAYA BOWL | 8,95€

plátano + pitaya roja + pera + bebida casera de almendras + azúcar de coco + *crunchy raw* granola con trigo sarraceno y almendras marcona + semillas de chía + *coconut shavings*

RF | PB
GF | OF

ROYAL COCONUT MILK PARFAIT | 6,95€

yogur casero de leche de coco + granola casera + frutas de temporada + frutas del bosque

RF | PB
GF | OF

RAINBOW COCONUT MILK PARFAIT | 8,95€

NEW

yogur de coco con espirulina *blue* + ensalada de frutas + cañamones + *crumble gluten-free* + nibs de cacao + mosquito

RF | PB
GF | OF

MANGO PASSION YOGHOURT | 7,95€

NEW

mango thai + nata de coco

RF | PB
GF | OF

COCO CHOCO CHIA POT | 5,95€

NEW

bebida de soja + bebida de coco + azúcar de coco + cacao *raw* + chía + plátano + nata de coco

ESPECIALIDADES DEL BRUNCH

RF | PB
GF | OF

FLAX & KALE'S HEALTHY PANCAKES | 8,95€

quinoa roja + bebida de soja + huevos de corral + vainilla + aceite de oliva + yogur de soja y arándanos + arándanos frescos + sirope de arce

RF | PB
GF | OF

SAVOURY PANCAKES | 12,95€

gluten-free pancakes (harina de almendra + trigo sarraceno + quinoa roja + maíz + cebolleta china + cúrcuma) + boletus + rúcula + tomate + pico de gallo + aguacate + salsa *sour cream* de anacardos + judías azuki + huevo pochado

RF | PB
GF | OF

PLANT-BASED 'BACON & CHEESE' BAGEL | 4,95€

NEW

bagel integral* + *plant-based creamy* mascarpone + *plant-based* cheddar+ 'bacon' de coco joven | * *huevo de corral poché* (+1,95€) | * *bagel gluten-free* (+ 1,45€)

RF | PB
GF | OF

SCANDAL SCRAMBLE | 9,95€

huevos de corral revueltos* + setas variadas + espinacas + tomate + ajos tiernos + queso feta + zanahoria + pan integral de 6 cereales*
* *sólo claras* (+ 1,95€) | * *housemade gluten-free bread* (+ 1,45€)

RF | PB
GF | OF

HEALTHY VEGGIE EGGS BENEDICT | 12,95€

NEW

housemade english muffin + boletus edulis + espinacas + huevos de corral estilo cometa + salsa holandesa *plant-based* y trufada + *roasted* verduras de temporada

RF | PB
GF | OF

HEALTHY EGGS ROYALE | 14,95€

NEW

housemade english muffin + salmón salvaje de Alaska marinado + huevos de corral estilo cometa + salsa holandesa *plant-based* al curry + *roasted* verduras de temporada

PARA PICAR Y ENTRANTES

RF | PB
GF | OF

KALE CHIPS | 3,95€
chips caseras de kale aliñada y deshidratada

RF | PB
GF | OF

SPICY KALE CHIPS | 3,95€ **NEW**
kale deshidratada + cayena + bayas de goji + jengibre + cilantro + cacahuetes

RF | PB
GF | OF

UMAMI ALMONDS | 4,95€ **NEW**
almendras marcona + miso blanco + sésamo blanco + ajo negro + jengibre

RF | PB
GF | OF

MANGO & AVOCADO TARTARE | 9,95€ **NEW**
mango + avocado + cebolla roja + tomate semiseco + caviar de algas
+ sésamo blanco + cebollino + tartar *special dressing*

RF | PB
GF | OF

SANDÍA A LA PARRILLA | 4,95€
sandía a la parrilla + queso de cabra + mizuna + hoja de mostaza + almendras
marcona + salsa *sweet mint*

RF | PB
GF | OF

CRUNCHY FISH TACO DE TERESA'S STAIRWAY | 4,95€
taco crujiente de harina de maíz nixtamalizado + *yellowfin poke tuna dice*
+ col blanca + cilantro + cebolla tierna + salsa rosa casera con chipotle +
aguacate + semillas de sésamo

RF | PB
GF | OF

SALMON SASHIMI TOAST | 8,95€
salmon sashimi salvaje de Alaska + pan de espelta 5 cereales* + crema de
guisantes + menta + ralladura de piel de limón
* *housemade gluten-free bread* (+ 1,45€)

RF | PB
GF | OF

ESSENTIAL OMEGA3 FLATBREAD | 10,95€
crujiente de espelta + berenjena ahumada + mizuna + sardina a la plancha
+ uva roja + tomate semiseco

RF | PB
GF | OF

BTT: BEET TUNA TARTAR | 15,95€
tártar de atún y remolacha + aguacate + semillas + brotes

RF | PB
GF | OF

HEALTHY MEZZEPLATTER | 17,95€
cracker de trigo sarraceno, chía y lino + cracker de remolacha y semillas + cracker
de kale + *black hummus* con carbón activado + *green hummus* con espinacas, rúcula
y cilantro + *orange-colored hummus* con calabaza y cúrcuma + albóndigas de
quinoa con *Teresa's vegan foie* + *Teresa's mezzeplatter salad* con kale + *mini-crudités*
de verduras *raw* | * *Plato para compartir*

ENSALADAS

RF | PB
GF | OF

TERESA'S FAVOURITE KALE SALAD | 10,95€

organic kale + tomates cherry + aguacate + brotes y germinados variados + alga nori + mango + rábanos + *special Teresa's citrus dressing* (aceite de oliva + limón + sirope de agave + polvo de ajo y de cebolla + chipotle)
**Añadir filetes de boquerón con ajo y perejil (+3€)*

RF | PB
GF | OF

RAW SUPERBOWL | 13,95€

hojas verdes + *coleslaw raw hummus* + *orange betacaroteno hummus* + tallarines de calabacín con pesto de cúrcuma + asazuke de pepino + tomate cherry con pesto de albahaca + chucrut de col lombarda + brotes germinados

RF | PB
GF | OF

YELLOWFIN TUNA & SALMON POKE BOWL | 15,95€

NEW

tuna yellowfin + salmón salvaje de Alaska + arroz negro + quino blanca + avocado + alga wakame + *celery fermentado* + *kelp noodles* + edamame + brotes verdes + cebolleta china + *miso ginger dressing*

SOPAS Y CREMAS

RF | PB
GF | OF

KALE DREAM CREAM | 7,95€

NEW

puerro + cebolla + patata + kale + tomillo + kale chips

PASTA ARTESANA

RF | PB
GF | OF

SPAGHETTINI PBGF | 12,95€

spaghetтини *plant-based glute-free* de pasta de arroz + mezcla de setas de temporada + velouté de puerros con chile + hierbas del campo + cilantro + verduras wok + queso parmesano *plant-based*

RF | PB
GF | OF

SPAGHETTINI NERO ALLE VONGOLE PLANT BASED | 13,95€

NEW

spaghetti con carbón activo y ajos negros + tomate cherry + seta cardo + alga *cochayuyo*

RF | PB
GF | OF

ORANGE IS THE NEW HEALTHY CUORE | 12,95€

ravioli de espelta con cúrcuma + relleno de beta carotenos (zanahoria, boniato, pera, maca, levadura nutricional, harina de almendras) + *pumpkin soft sauce* + pera osmotizada con remolacha + queso parmesano *plant-based*

ESPECIALIDADES DE TERE



RAW ZUCHINNI BLOSSOMS | 13,95€

flores de calabacín rellenas de crema de anacardos y macadamia, tomate seco y albahaca + guisantes + habas verdes + zanahoria + maíz + guacamole + pico de gallo + salmorejo + bayas de goji + rábanos



LA PESCA DEL SALMÓN DE ALASKA | 19,95€

salmón salvaje de Alaska horneado a baja temperatura + ensalada de quinoa + salsa de cítricos y hierbas del campo de Algerri



TUNA LOVES WASABI BURGER | 15,95€

pan integral de espelta* con carbón activado y sésamo blanco + *tuna burger patty* con cebollino, jengibre y mayonesa de wasabi + zanahorias asadas
* *housemade gluten-free bread* (+ 1,45€)



NO DIGAS TACOS | 17,95€

tacos caseros de maíz nixtamalizado (6 unidades) + el auténtico guacamole + salteado de berenjena, shiitake y col blanca + pico de gallo + *sour cream* de anacardos | * *añade un taco de maíz extra* (+0,50€)



TERESA CARLES BEST VEGGIE BURGER | 14,95€

hamburguesa* de verduras de temporada y soja + vinagreta de mango + verduritas al wok + *roasted* verdura de temporada
* *housemade gluten-free bread* (+ 1,45€)



SALMON MINI BURGERS | 16,95€

housemade Alaskan wild salmon patties + pan de hamburguesa* de espelta con remolacha *cold-pressed* + boniato al horno + mayonesa vegana + mostaza antigua
* *housemade gluten-free bread* (+ 1,45€)

HEALTHY INDULGENCES & BAKERY



MOSKITO | 3,50€

harina de trigo sarraceno + mascarpone de anacardos + cobertura de chocolate



COCO CHIA | 3,50€

crema de coco y chía + almendras + chocolate *raw*



PINK LADY | 3,50€

harina de trigo sarraceno + crema de anacardos y limón + remolacha + chocolate blanco *plant-based*



ENERGY SPICY BAR | 2,50€

almendras + nueces + cacao *raw* + cayena + pistachos + bayas de goji + chía + sésamo

HEALTHY INDULGENCES & BAKERY



SUPERFOOD PROTEIN BALLS | 2,00€ / UNIDAD

RASPBERRY & RICE PROTEIN STICK BALL: nueces de macadamia + frambuesa liofilizada + proteína de arroz + anacardos + dátiles + almendras

MATCHA & PEA PROTEIN STICK BALL: té matcha + pistachos + proteína de guisante + anacardos + dátiles + almendras

ORANGE & HEMP PROTEIN STICK BALL: naranja + cacao *raw* + nueces + proteína de cáñamo + anacardos + dátiles + almendras



HOUSEMADE MUFFINS | 2,95€ / UNIDAD

VEGAN PEAR-CHOCOLATE MUFFIN: trigo sarraceno + pera caramelizada + chocolate

QUINOA-BLUEBERRY MUFFIN: quinoa y trigo sarraceno + crema de avellanas + arándanos | *contiene frutos secos*

MATCHA MUFFIN: trigo sarraceno y arroz integral + crema de almendras + té matcha + nibs de cacao | *contiene frutos secos*

MISO-GINGER MUFFIN: trigo sarraceno y arroz integral + crema de almendras + leche de coco + jengibre + miso | *contiene frutos secos*

CHOCOLATE & ORANGE MUFFIN: trigo sarraceno y arroz integral + crema de avellanas + plátano + cacao + naranja | *contiene frutos secos*



SPELT CROISSANT | 2,50€

croissant de harina de espelta con margarina no hidrogenada



VEGAN COOKIE | 2,50€

cookie casera vegana con chips de chocolate *raw* y nueces



MAPLE-GLAZED DOUGHNUT | 2,95€

doughnut de harina de almendras (no frito) + harina de coco + anacardos + miel + glaseado de sirope de arce



GINGER-TURMERIC DOUGHNUT | 2,95€

doughnut de harina de almendras (no frito) + harina de trigo sarraceno + nueces + jengibre + anacardos + cúrcuma + chocolate *plant-based*



BLACK WALNUT & BANANA CUPCAKE | 3,95€

harina integral de arroz y trigo sarraceno + crema de almendras + plátano + nueces + crema de chocolate



CARROT COCONUT CUPCAKE | 3,95€

harina de arroz y trigo sarraceno + crema de almendras + zanahoria + manzana + canela + nuez moscada + crema de coco

HEALTHY KIDS OPTIONS



SUPERKIDS (PB) | 9,95€

pan integral de espelta* + hamburguesa de verdura de temporada y soja + ketchup ecològic + kale chips

* *housemade gluten-free bread (+ 1,45€)*

JACK SPAGHETTINI SPARROW (GF) | 9,95€

spaghetti de arroz + salsa casera de tomate
+ albóndigas de quinoa

FINDING QUINOA NEMO (OF | GF) | 9,95€

salmón salvaje de Alaska + quinoa con
verduras al wok + hojas verdes

AQUÍ TE DEJAMOS UNA BREVE DESCRIPCIÓN DE ALGUNOS INGREDIENTES Y PROCESOS DE COCCIÓN.

SI TIENES CUALQUIER DUDA, CONSULTA CON TU CAMARERO.
¡ESTAREMOS ENCANTADOS DE AYUDARTE!

| MIZUNA: Variedad de hoja verde de sabor refrescante con un ligero recuerdo a la mostaza, algo picante y con un toque dulce.

| CHÍA: Planta herbácea cuyas semillas son una excelente fuente de fibra y antioxidantes, calcio, proteínas y ácidos grasos omega-3.

| LINO: Planta herbácea cuyas semillas contienen una gran cantidad de fibra dietética y son una de las fuentes vegetales más ricas en omega-3.

| KALE: Variedad de col muy rica en calcio, vitaminas A, C y K, y con un alto contenido en minerales, antioxidantes y fibra. Se considera uno de los alimentos más saludables del mundo.

| CARBÓN ACTIVADO: El carbón activado es el resultado de un doble proceso de carbonización y activación aplicado a materia vegetal. Sus microporos absorben y luego expulsan de nuestro organismo todas las sustancias dañinas.

| HOJAS DE ACEDERA: Planta herbácea compuesta principalmente de Vitamina C y betacaroteno, y rica también en minerales como el potasio, el magnesio y el hierro.

| ESPINO AMARILLO: Arbusto cuyo fruto son unas bayas de color amarillo anaranjado y de sabor dulce y algo ácido. Tiene propiedades antioxidantes, ya que tiene un alto contenido en Vitamina C.

| COLD-PRESSED: Triturado a bajas RPM y prensado en frío. Así se mantienen todas las Vitaminas, enzimas y nutrientes y se retrasa la oxidación.

| ESPIRULINA: Alga unicelular en forma de espiral muy rica en proteínas, nutrientes, vitaminas y minerales.

| CÚRCUMA: Raíz de color amarillo anaranjado de la familia del jengibre con propiedades antioxidantes y antiinflamatorias.

| MACA: Raíz de una planta nativa de los Andes que aumenta la fuerza, la resistencia, el rendimiento deportivo y, además, aumentan la fertilidad y la libido.

| LEVADURA NUTRICIONAL: Variedad de levadura que proporciona un gran aporte de Vitamina B12, que solo se encuentra en productos de origen animal. No contiene gluten ni azúcar.

| BAYAS DE GOJI: Procedentes del Himalaya, son muy ricas en fitonutrientes, antioxidantes y vitaminas, por lo que mejoran la salud, la longevidad, la vista y el funcionamiento de otros órganos.

| QUINOA: Pseudocereal que posee los 8 aminoácidos esenciales para el ser humano, es rico en vitaminas y minerales y pobre en grasas. Además, no contiene gluten.

| CHAMPIÑONES CRIMINI: Champiñones con el sombrero más oscuro, de textura muy firme y de sabor más profundo y denso. Son bajos en calorías y ricos en fibra alimentaria y Vitaminas B6, C y D.

| BOK CHOY: Vegetal de la familia de las coles con propiedades antioxidantes y antiinflamatorias, ya que contiene altas cantidades de Vitaminas A, C y K, además de otros minerales y nutrientes.

| MAÍZ NIXTAMALIZADO: Maíz cocido con una solución alcalina. Los cambios químicos durante el proceso aumentan la disponibilidad de aminoácidos, de fósforo y calcio, y de fibra.

| CHAMPIÑONES PORTOBELLO: Los mismos Crimini con un proceso más largo de crecimiento. Su sombrero puede llegar a crecer hasta 15 cm.












| AJO NEGRO: Ajo crudo envejecido a partir de un proceso que aumenta sus beneficios para la salud. Contiene los 8 aminoácidos esenciales, mejora la inmunidad del cuerpo y regula los niveles de azúcar, colesterol y lípidos en sangre.

| CHLORELLA: Alga unicelular y una fuente excepcional de proteínas, omega-3, hidratos de carbono, vitaminas, minerales y clorofila. De hecho, es la planta que contiene más clorofila de la tierra.












| PICKLING: Proceso de preservación o alargamiento de la vida de un alimento mediante la fermentación anaeróbica producida por la inmersión en sal, vinagre u otros tipos de conservantes naturales.

ALÉRGENOS












DESAYUNO PIM PAM

| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------------|---|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|
| GOOD MORNING TOAST | ● | | | | ● | | | | | ● | |
| FUNGI COCONUT TOAST | ● | | | | ● | | | | ● | | |
| MARKET FRUIT SALAD | | | | | | | | | | | |












AVOCADO TOAST FAMILY

| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------------------|---|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|
| CLASSIC AVO TOAST | ● | | | | ● | | | | | | |
| POKE AVO TOAST | ● | | | | ● | | ● | | ● | ● | |
| MEDITERRANEAN AVO TOAST | ● | | ● | | ● | | | | ● | | |
| AVO TOAST 2.0 | ● | | ● | | ● | | | | | | |

BOWLS SALUDABLES

| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|---|--|--|--|
| AÇAÍ BOWL | ● | | ● | | | | | | ● | | |
| AÇAÍTELLA BOWL | | | ● | | | | | | | ● | |
| PINK PITAYA BOWL | | | ● | | ● | | | | ● | | |
| ROYAL COCONUT MILK PARFAIT | ● | | ● | | | | | | | | |
| RAINBOW COCONUT MILK PARFAIT | | | ● | | | | | | ● | | |
| MANGO PASSION YOGHOURT | | | ● | | | | | | | | |
| COCO CHOCO CHIA POT | | | | | | | | | | | |

ESPECIALIDADES DEL BRUNCH

| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|
| FLAX & KALE'S HEALTHY PANCAKES | ● | | | | | | | ● | | ● | |
| SAVOURY PANCAKES | | | ● | | ● | | ● | ● | ● | | |
| PLANT-BASED 'BACON & CHEESE' BAGEL | ● | | | | ● | | | | | ● | |
| SCANDAL SCRAMBLE | ● | ● | | | ● | | | ● | | | |
| HEALTHY VEGGIE EGGS BENEDICT | ● | | | | ● | | | ● | ● | ● | |
| HEALTHY EGGS ROYALE | ● | | | | ● | | | ● | ● | ● | ● |



GLUTEN



LACTEOS



FRUTOS SECOS



CACAHUETE



SÉSAMO



APIO



MOSTAZA



HUEVOS



SO₂



SOJA



PESCADO

ALÉRGENOS



GLUTEN



LACTEOS



FRUTOS SECOS



CACAHUETE



SÉSAMO



APIO



MOSTAZA



HUEVOS



SO₂



SOJA



PESCADO

PARA PICAR Y ENTRANTES

| KALE CHIPS | | | ● | | | | | | ● | | |
|--|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|
| SPICY KALE CHIPS | | | | ● | | | | | ● | | |
| UMAMI ALMONDS | | | ● | | ● | | | | ● | ● | |
| SANDÍA A LA PARILLA | | ● | ● | | | | | ● | | | |
| SALMON SASHIMI TOAST | ● | | | | ● | | | | ● | ● | ● |
| ESSENTIAL OMEGA3 FLATBREAD | ● | | | | | | | ● | | ● | ● |
| MANGO & AVOCADO TARTARE | | | | | ● | | | ● | | ● | |
| CRUNCHY FISH TACO DE TERESA'S STAIRWAY | | | | | ● | | | | ● | ● | ● |
| BTT: BEET TUNA TARTAR | | | | | ● | | | ● | | ● | ● |
| HEALTHY MEZZEPLATTER | | | ● | | ● | ● | | ● | | ● | |

ENSALADAS

| TERESA'S FAVOURITE KALE SALAD | | | | | ● | | | ● | | ● | |
|-----------------------------------|--|--|---|--|---|---|--|---|--|---|---|
| RAW SUPERBOWL | | | ● | | ● | | | ● | | ● | |
| YELLOWFIN TUNA & SALMON POKE BOWL | | | | | ● | ● | | ● | | ● | ● |

SOPAS Y CREMAS

| KALE DREAM CREAM | | | ● | | | ● | | | | ● | ● |
|------------------|--|--|---|--|--|---|--|--|--|---|---|

PASTA ARTESANA

| SPAGHETTINI NERO ALLE VONGOLE PLANT BASED | | | ● | | ● | ● | | | | ● | ● |
|---|---|--|---|--|---|---|--|--|--|---|---|
| SPAGHETTINI PBGF | ● | | | | | | | | | ● | ● |
| ORANGE IS THE NEW HEALTHY CUORE | ● | | ● | | ● | ● | | | | ● | |

ESPECIALIDADES DE TERE

| RAW ZUCHINI BLOSSOMS | | | ● | | ● | | | ● | | ● | |
|----------------------------------|---|--|---|--|---|--|--|---|--|---|---|
| LA PESCA DEL SALMÓN DE ALASKA | | | | | | | | | | ● | ● |
| TUNA LOVES WASABI BURGER | ● | | | | ● | | | ● | | ● | ● |
| NO DIGAS TACOS | | | ● | | | | | ● | | ● | |
| TERESA CARLES BEST VEGGIE BURGER | | | | | | | | | | ● | |
| SALMON MINI BURGERS | ● | | | | ● | | | ● | | ● | ● |

ALÉRGENOS

HEALTHY INDULGENCES & BAKERY

| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|
| MOSKITO | | | ● | | | | | | | ● | |
| COCO CHIA | | | ● | | | | | | | ● | |
| PINK LADY | | | ● | | | | | | | ● | |
| ENERGY SPICY BAR | | | ● | | ● | | | | ● | | |
| RASPBERRY & RICE PROTEIN STICK BALL | | | ● | | | | | | | | |
| MATCHA & PEA PROTEIN STICK BALL | | | ● | | | | | | | ● | |
| ORANGE & HEMP PROTEIN STICK BALL | | | ● | | | | | | | | |
| VEGAN PEAR-CHOCOLATE MUFFIN | | | | | | | | | | ● | |
| QUINOA-BLUEBERRY MUFFIN | | | ● | | | | | | | ● | |
| MATCHA MUFFIN | | | ● | | | | | | | ● | |
| MISO-GINGER MUFFIN | | | ● | | | | | | | ● | |
| CHOCOLATE & ORANGE MUFFIN | | | ● | | | | | | | ● | |
| SPELT CROISSANT | ● | | | | ● | | | | | ● | |
| VEGAN COOKIE | | | ● | | | | | | | ● | |
| MAPLE-GLAZED DOUGHNUT | | | ● | | | | | ● | | | |
| GINGER-TURMERIC DOUGHNUT | | | ● | | | | | ● | | ● | |
| BLACK WALNUT & BANANA CUPCAKE | | | ● | | | | | | | ● | |
| CARROT COCONUT CUPCAKE | | | ● | | | | | | | ● | |



GLUTEN



LACTEOS



FRUTOS SECOS



CACAHUETE



SÉSAMO



APIO



MOSTAZA



HUEVOS



SO₂












SOJA



PESCADO

HEALTHY KIDS OPTIONS

| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------|---|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|
| SUPERKIDS | ● | | ● | | ● | ● | | | ● | ● | |
| JACK SPAGHETTINI SPARROW | | ● | | | | ● | | ● | ● | ● | |
| FINDING QUINOA NEMO | | | | | | | ● | | ● | ● | ● |



FLAX & KALE

— ◆ CUINA FLEXITERIANA ◆ —