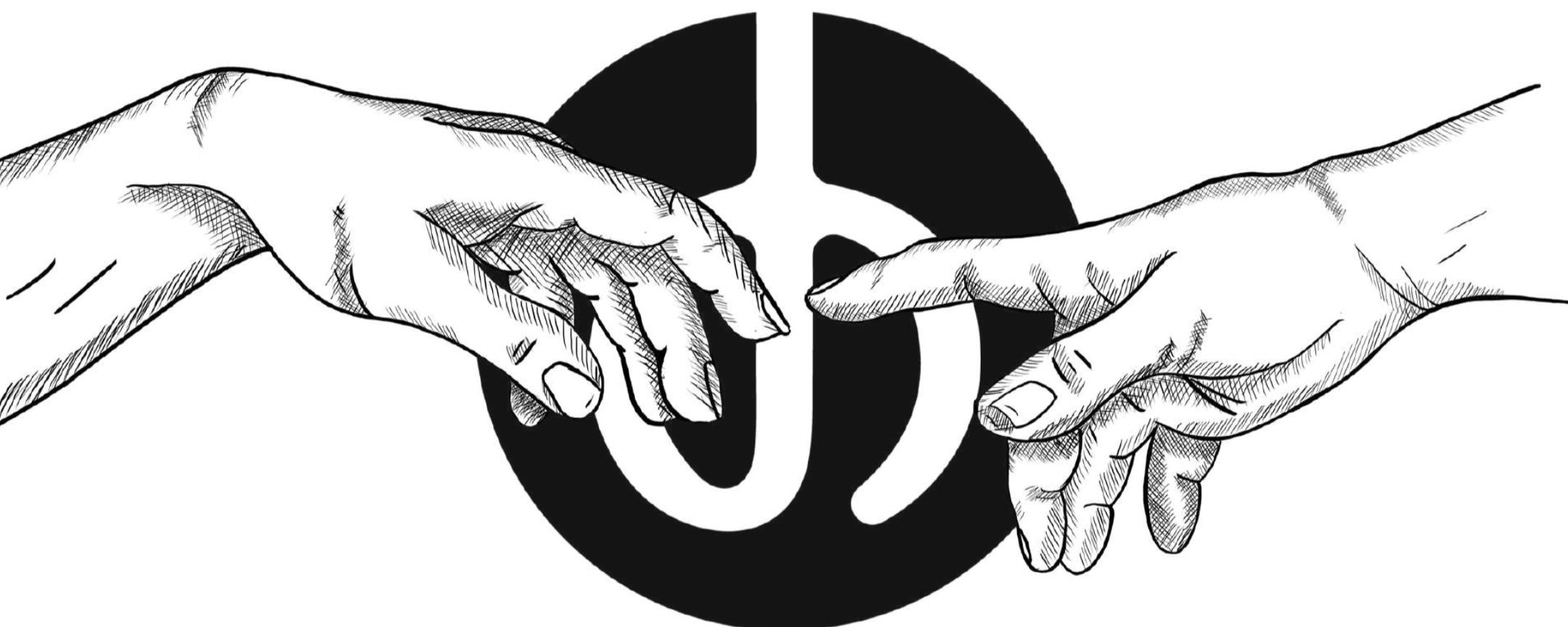

FIT FAST FOOD



GAINS

- FOOD FOR CHAMPIONS -

FIT FAST FOOD

Bienvenido a GAINS

Nacimos de una inconformidad: la comida perdió su propósito. Por eso creamos un lugar donde cada plato tiene intención, donde la calidad no se negocia y el sabor no se sacrifica. Aquí no servimos por servir; diseñamos combustible real para quienes se exigen más. Alimentamos cuerpo, mente y rendimiento.

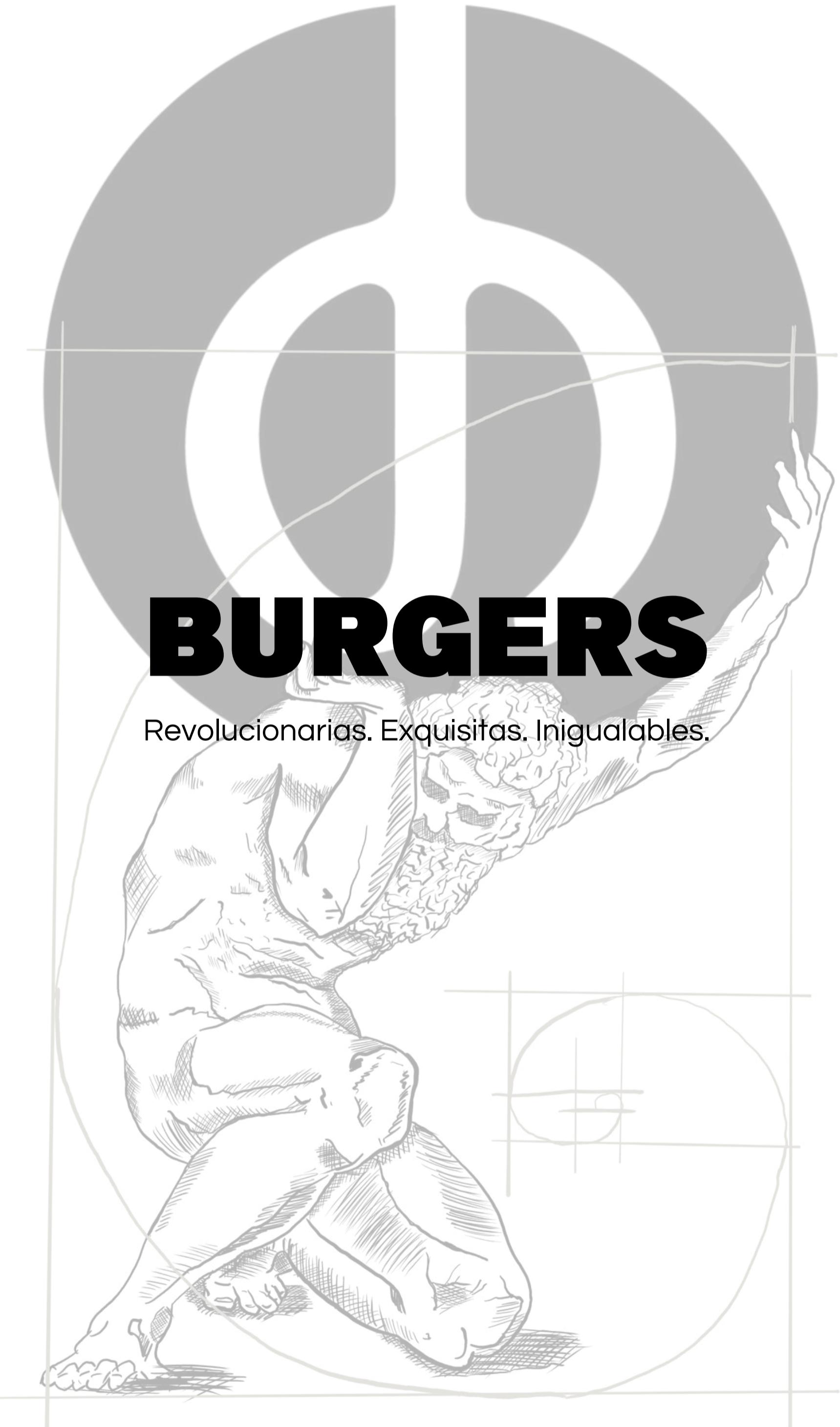
Esto es alto rendimiento humano.

Esto es GAINS.

FIT FAST FOOD

BURGERS

Revolucionarias. Exquisitas. Inigualables.



*Los precios incluyen impuesto nacional al consumo

ANABOLIC

LA ANABOLICA

\$ 32.9

Carne magra al 95% sellada en mantequilla ghee, cebolla caramelizada libre de azúcar y mermelada de piña artesanal, queso cheddar madurado, cogollo europeo y tomates fresco,, pan de masa madre y nuestra salsa GAINS a base de yogurt griego.

POTENCIA TU PLATO

TOTOPOS

+ \$ 4.5

PAPAS GAINS

+ \$ 7.5

PROTEIN

57

CARBS

62

FAT

28

KCAL

705

*Todos los ingredientes estan elaborados en Gains de manera artesanal

ANABOLIC

BACON JAM

\$ 39.9

Mermelada de tocineta, 100% libre de azúcar y conservantes, reducida en café excelso y miel orgánica. Tártara a base de yogurt griego y carne magra con doble queso cheddar madurado durante más de dos meses.

POTENCIA TU PLATO

TOTOPOS

+ \$ 4.5

PAPAS GAINS

+ \$ 7.5



PROTEIN

62

CARBS

51

FAT

28

KCAL

732

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

ANABOLIC

NASHVILLE

\$ 32.9

Pollo apanado en harina de almendras, coco y arroz, pan de masa madre, salsa GAINS de yogurt griego, coleslaw en yogurt, pepinillos encurtidos y miel orgánica picante.

POTENCIA TU PLATO

TOTOPOS

+ \$ 4.5

PAPAS GAINS

+ \$ 7.5



PROTEIN

49

CARBS

89

FAT

13

KCAL

719

ADD PROTEIN

UN EXTRA PARA GANAR

CARNE Y QUESO

\$13

44

PROTEIN

0

CARBS

11

FAT

290

KCAL

POLLO EN TARTARA

\$10

15

PROTEIN

2

CARBS

3

FAT

79

KCAL

BACON

\$4.5

4

PROTEIN

0

CARBS

3

FAT

48

KCAL

AGUACATE

\$6

2

PROTEIN

8

CARBS

14

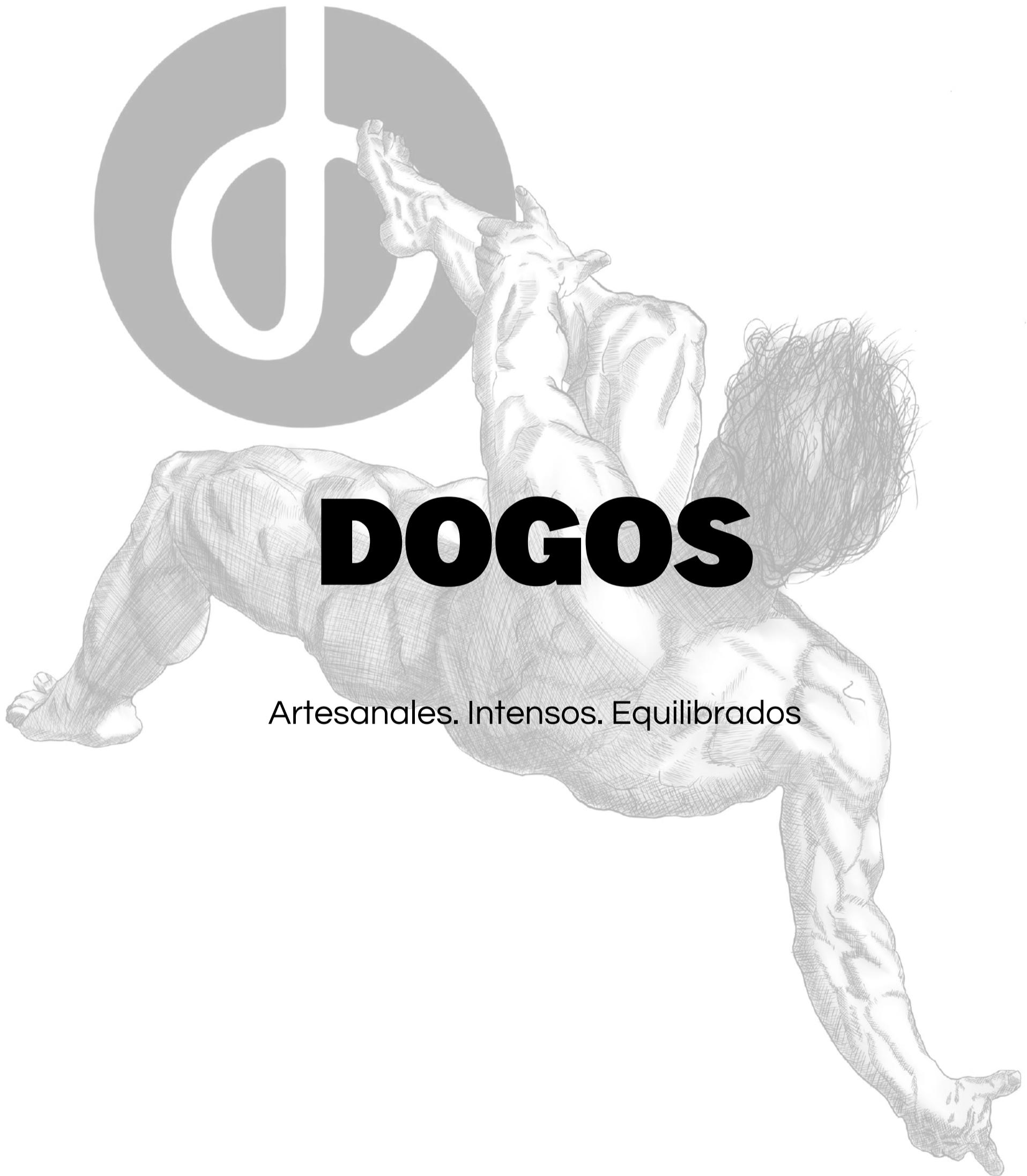
FAT

160

KCAL



FIT FAST FOOD



*Los precios incluyen impuesto nacional al consumo

ANABOLIC

CHORIPAN

\$ 29.9

Chorizo artesanal de pierna de cerdo en pan de masa madre, con tártara de yogurt griego, mermelada de piña artesanal, cheddar madurado y chimichurri fresco. Acompañado de nuestras papas GAINS.



PROTEIN

42

CARBS

66

FAT

38

KCAL

774

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

FIT FAST FOOD



FRIES

Cargadas. Crujientes. Irresistibles.

ANABOLIC

PEAK FRIES

\$ 37.9

Fries GAINS con pollo desmechado en tártara de yogurt griego, mermelada de piña artesanal, queso mozzarella, más tártara de yogurt y trocitos de bacon crujiente, coronado con cebollín fresco.



PROTEIN

62

CARBS

49

FAT

45

KCAL

866

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

ANABOLIC

CHICKEN FRIES

\$ 39.9

Fries GAINS con pollo apanado en harina de almendras, coco y arroz, nuestra salsa GAINS, sour cream, tocineta en trocitos, miel picante artesanal y cebollín fresco.



PROTEIN

51

CARBS

71

FAT

36

KCAL

820

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

FIT FAST FOOD



**WRAPS Y
BOWLS**

Versátiles. Nutritivos. Deliciosos

FIT YOU

MEAL PREP

\$ 48

ESCOGE TU BASE

MIX DE LECHUGAS

TALLARINES DE ARROZ

ARROZ

ESCOGE TU PROTEINA

BONDIOLA AL PASTOR

POLLO A LA NARANJA

CARNE BIRRIA

ESCOGE 2 SIDES

ZANAHORIA

VEGETALES SALTEADOS

QUESO

AGUACATE

COLESLAW

ESCOGE TU ADEREZO

CREMA DE AGUACATE

SOUR CREAM

PACKED GAINS

TURBO WRAP

\$ 31.9

Wrap de tu proteína a elección, vegetales frescos, cebolla caramelizada, queso mozzarella, salsa proteica GAINS, envuelto en tortilla de coco.

ESCOGE TU PROTEINA

BONDIOLA AL PASTOR

POLLO A LA NARANJA

CARNE BIRRIA

+ \$8

POTENCIA TU PLATO

TOTOPOS

+ \$ 4.5

PAPAS GAINS

+ \$ 7.5

FIT FAST FOOD



TACOS

Sublimes. Incomparables. Poderosos.

HIGH PROTEIN

MIGHTY BIRRIA

\$ 44.9

Cuatro tortillas de maíz artesanal, doradas con una costra crujiente de queso mozzarella, con nuestra carne birria. Coronadas con una crema de aguacate, cebollitas encurtidas y un toque de cilantro fresco



PROTEIN

51

CARBS

24

FAT

30

KCAL

570

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

HIGH PROTEIN

MIGHTY CHICKEN

\$ 30.9

Tres tortillas de maíz artesanal con queso mozzarella, pollo a la naranja, coronadas con crema de aguacate, cebollitas encurtidas y un toque de cilantro fresco.



PROTEIN

55

CARBS

31

FAT

21

KCAL

541

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

GAINS

HIGH PROTEIN

MIGHTY PASTOR

\$ 36.9

Tres tortillas de maíz artesanal con queso mozzarella, bondiola de cerdo en una reducción de piña. Coronadas con crema de aguacate, cebollitas encurtidas y un toque de cilantro fresco.



PROTEIN

56

CARBS

32

FAT

47

KCAL

782

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

FIT FAST FOOD

SANDWICHES

Sublimes. Incomparables. Poderosos.



*Los precios incluyen impuesto nacional al consumo

HIGH PROTEIN

MUSCLE SANDWICH

\$ 29.9

Pan ciabatta de masa madre con la proteína a tu elección, vegetales frescos, cebolla encurtida, costra de queso mozzarella y nuestra salsa de ajos confitados.

ESCOGE TU PROTEINA

BONDIOLA AL PASTOR

POLLO EN TARTARA + \$8

POLLO A LA NARANJA

CARNE BIRRIA + \$8

POTENCIA TU PLATO

TOTOPOS

+ \$ 4.5

PAPAS GAINS

+ \$ 7.5

HIGH PROTEIN

POWER SNACK

\$ 23.9

Pan tajado de masa madre con pollo en tártara a base de yogurt griego, vegetales frescos, cebollita encurtida y costra de queso mozzarella.

POTENCIA TU PLATO

TOTOPOS

+ \$ 4.5

PAPAS GAINS

+ \$ 7.5



PROTEIN

48

CARBS

75

FAT

22

KCAL

672

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

ADD PROTEIN

UN EXTRA PARA GANAR

PROTEINA ADICIONAL

\$12.5

BACON

\$4.5

4 | 0 | 3 | 48
PROTEIN CARBS FAT KCAL

AGUACATE

\$6

2 | 8 | 14 | 160
PROTEIN CARBS FAT KCAL

FIT FAST FOOD



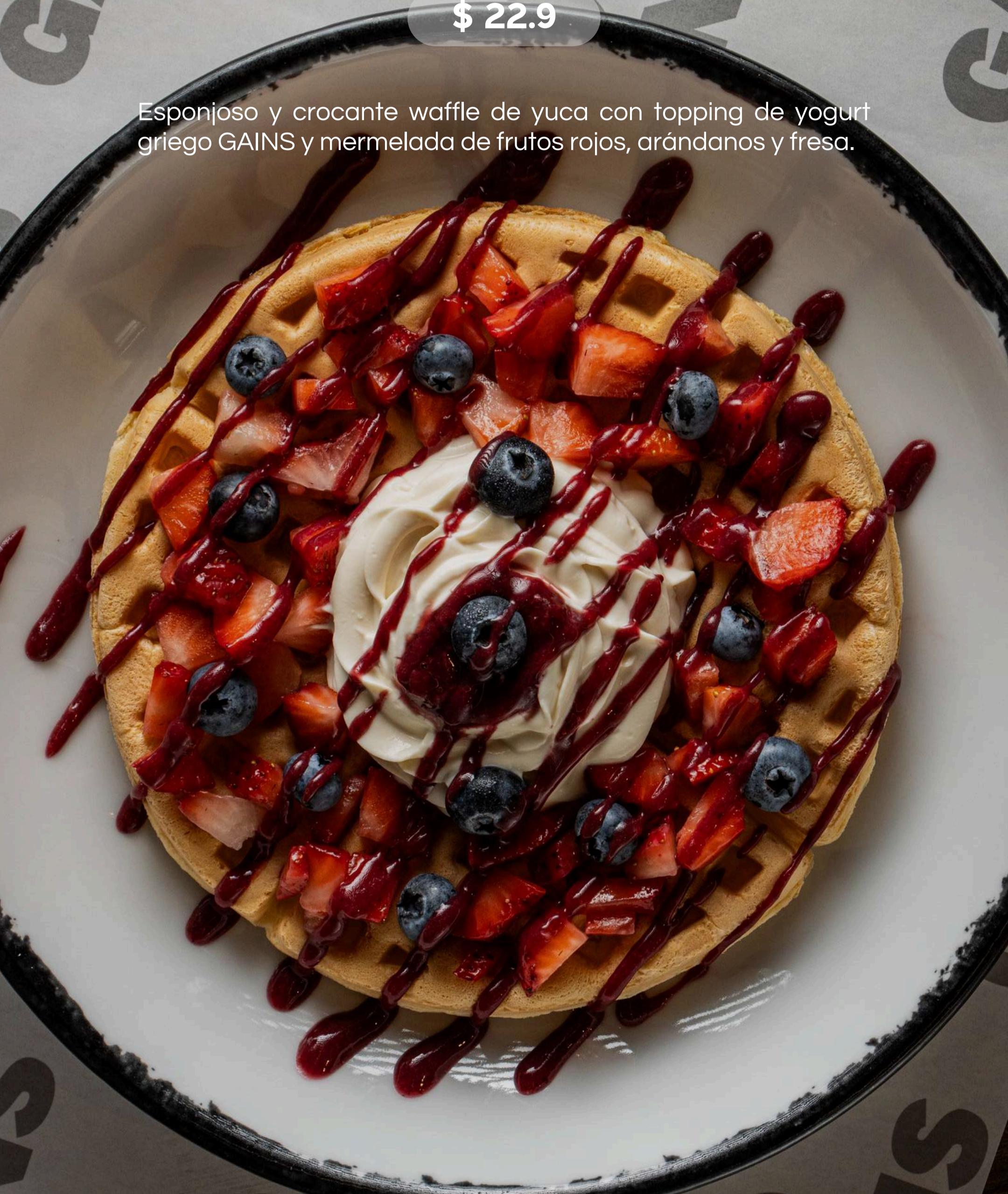
*Los precios incluyen impuesto nacional al consumo

TATES LIKE VICTORY

WAFFLE DE YUCA

\$ 22.9

Esponjoso y crocante waffle de yuca con topping de yogurt griego GAINS y mermelada de frutos rojos, arándanos y fresa.



PROTEIN

24

CARBS

70

FAT

24

KCAL

600

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

TATES LIKE VICTORY

PANCAKES

\$ 29.9

Tres pancakes a base de harina de avena y almendra con topping de yogurt griego GAINS, mermelada de frutos rojos, arándanos y fresa.



PROTEIN

30

CARBS

38

FAT

27

KCAL

555

*Todos los ingredientes están elaborados en Gains de manera artesanal

TATES LIKE VICTORY

PARFAIT

\$ 16

ESCOGE TU BASE

YOGURT NATURAL

YOGURT VAINILLA

ESCOGE DOS FRUTAS

FRESA

ARANDANOS

MANGO

BANANO

KIWI

ESCOGE TU MERMELADA

FRUTOS ROJOS

FRUTOS AMARILLOS

ADICIONALES

FRUTA

+ \$4

CREMA AVELLANAS WHY NOT

+ \$4.5

GRANOLA WHY NOT

+ \$8

RECHARGE



BEBIDAS

Sublimes. Incomparables. Poderosos.

SANADOR

SODAS KEFIR

\$ 16

Una bebida única, sodas refrescantes a base de agua de Kefir Tibbika.

ESCOGE EL SABOR

LIMON JENGIRE

TROPICAL

FRUTOS ROJOS



HIGH PROTEIN

POWER SHAKES

\$ 12

Batido granizado de whey protein del sabor tu elección.

ESCOGE TU BASE

AGUA + \$0

LECHE DESLACTOSADA + \$3

LECHE DE ALMENDRAS + \$4

ESCOGE TU PROTEINA

VAINILLA

CHOCOLATE

MOCHA

ADICIONALES

BANANO + \$2

YOGURTH + \$3

NO SUGAR

REFRESHERS

Agua mineral	\$5
Bretaña	\$5
Cool drink	\$5
Soda Hatsu	\$6
Soda Michelada	\$7.5
Granizada de Limon	\$9
Granizada de naranja	\$9
Granizada de lulo	\$9
Granizada de mandarina	\$9
Granizada de maracuya	\$9
Tibbika	\$10
Soda creatina	\$12
Stella artois	\$11
Zumo de limon	\$2

PARTNERS

Bretaña

HATSU

BOOST

PURE ENERGY

Espresso \$4

Americano \$5

Espresso doble \$6

Latte \$6.5

Capuchinno \$7.5

Iced coffee \$8

Iced latte \$8

Chocolate \$8

Aromatica \$8

Matcha \$12.5

ADICIONALES

Leche de almendras \$4