La Flor de la VIDA®

PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

Menú

English Menu Down Below!

Pregunta por nuestra Panadería

La Flor de la VIDA®

PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

Desayunos

De 8:00am a 12:00pm

La Flor de la VIDA®

PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

Desayunos
Vegetarianos

Desayuno Especial del día $242

Huevos con Machaca $242
Con carne vegetal, especialidad de la casa.

Chilaquiles con Pollo Vegetal $242

Chilaquiles con Huevo $220

Huevos al Gusto $220
- A la Mexicana (con verduras)
- Con Chorizo de Soya
- Con Nopales
- Con Jamón Vegetal

Huevos Rancheros $220
Montados en tostadas horneadas.

Omelette $220
De Espinaca, Champiñones o vegetales.

Huevos Rancheros

Omelette

Todos los Desayunos incluyen dos guarniciones: Chilaquiles y frijoles guisados, fruta o avena, café, té o leche dorada y pan de cortesía.

Desayunos de 8 am a 12 pm

¡Un Placer Atenderte!

Desayunos
Veganos

Desayuno Especial del día $242

Machaca Mexicana $242
Con frijoles refritos y tortillas de maíz

Chilaquiles con Pollo Vegetal $242

Omelette Vegano $242
A base de garbanzo con crema vegana

Tofú Revuelto $220
- A la Mexicana (con verduras)
- Con Chorizo de Soya
- Con Nopales
- Con Jamón Vegetal

Tofú con Chorizo de Soya

Chilaquiles

Todos los Desayunos incluyen dos guarniciones: Chilaquiles y frijoles guisados, entrada del día, café, té o leche dorada y pan de cortesía.

Desayunos de 8 am a 12 pm

¡Un Placer Atenderte!

Algo Ligero

Malteada de Proteína Vegana $135

De proteína orgánica vegana (de vainilla o chocolate) preparadas con leche vegetal y plátano congelado.

Ensalada de Frutas $138

Con Yogurt, Granola y Frutos Secos.

Avena integral $93

Con un toque de algarrobo, servida con fruta de temporada.

Yogurt con Fruta $101

Con granola, frutos secos o semillas.

Bebidas y Licuados

Café Regular $60

Café Sustituto $60
(Sin Refil)

Chocolate Caliente $61

Chocolate Caliente Vegano $83

Té $44

Leche Dorada $55

Licuado con Fruta Vegano $121

Licuado con Fruta $99

¡Un Placer Atenderte!

Comidas

De 12:30pm a 5:30pm

La Flor de la VIDA®

PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

Menú Especial de la casa

Pozole Rojo Vegetariano $233/273

De Champiñones servido con tostada horneada, repollo, rábanos, salsa, etc. Platillo sencillo o con Opción de Entrada, Agua del día y Postre.

Enchiladas de Mole Vegetarianas $233/273

Acompañadas de Arroz Integral a la Mexicana y Frijoles guisados. (**Opción Vegana Disponible**) Platillo sencillo o con Opción de Entrada, Agua del día y Postre.

Enchiladas Suizas Vegetarianas $233/273

Acompañadas de Arroz Integral a la Mexicana y Frijoles guisados. (**Opción Vegana Disponible**) Platillo sencillo o con Opción de Entrada, Agua del día y Postre.

Fetuccini con Portobello Picante $233/273

Con Salsa Cremosa de Chiles Secos y Queso de Cabra, acompañada de Ensalada de la Casa. (**Opción Vegana Disponible**) Platillo sencillo o con Opción de Entrada, Agua del día y Postre.

¡Un Placer Atenderte!

Comidas de 12:30 pm a 5:30 pm

Menú Especial de la casa

Tacos Ensenada Vegetarianos $233/273

Servidos con Lechuga, Salsa Bandera, Guacamole, Cebolla morada curtida con habanero, etc. (Opción Vegana Disponible) Platillo Sencillo o con Opción de Entrada, Agua del día y Postre.

Tacos Gobernador Vegetarianos $233/273

Servidos con Lechuga, Salsa Bandera, Guacamole, Cebolla morada curtida con habanero, etc. (Opción Vegana Disponible) Platillo Sencillo o con Opción de Entrada, Agua del día y Postre.

Quesadilla Vegetariana (orden de 3) $123

Hechas a mano de: Huitlacoche, Flor de Jamaica o Rajas con Chorizo Vegetariano. (Opción Vegana Disponible)

¡Un Placer Atenderte!

Comidas de 12:30 pm a 5:30 pm

Platillos de la casa

Chiles Rellenos $220

De queso panela fresco, bañados en salsa de tomate con un toque de albahaca, con arroz integral y frijoles guisados.

Nuggets de Pollo Vegetal $242

De Pollo Vegetal, servidos con arroz integral o ensalada mixta.

Machaca Mexicana $242

Con Frijoles Refritos y Tortillas de maíz.

Filete de Pescado Vegetal $242

A la Parrilla con Ensalada mixta, Arroz integral y Tortillas de maíz.

Menú del Día $220

Todos los Platillos incluyen:
Entrada, Guarnición, Agua del Día y Postre.

¡Un Placer Atenderte!

Bocados

Molletes Integrales $79

Salidos del horno en birote con frijol, queso, salsa pico de gallo y chorizo de soya.

Riel de Espinacas $61

En hojaldre integral con espinacas, champiñones, queso y elote.

Empanadas Integrales $48

Horneadas en hojaldre integral, de picadillo de soya, rajas con queso o atún vegetal.

Sándwich Integral de Panela $77

De Queso Panela Fresco, con tomate, aguacate, lechuga y germinado de Alfalfa.

Sándwich Integral $99

Con Pechuga de Pollo Vegetal o Atún Vegetal, con tomate, aguacate, lechuga y germinado de Alfafa.

Sándwich Vegetariano de Betabel $110

Con Pan Glúten Free, Betabel, Manzana Roja, Panela, Nuez, Aguacate y Lechuga Mixta.

¡Un Placer Atenderte!

Bocados

Chabata Integral $110

Pechuga de Pollo Vegetal al Chipotle, Con Espinaca, Pepino, Aguacate y Germinado de Alfalfa.

Hamburguesa de Quinoa $88

En Pan Integral, con Lechuga, Tomate, Aguacate y Germinado de Alfafa.

Hot Cakes Integrales $101

Servidos con Fruta de Temporada.

Hot Cakes Veganos y/o Gluten Free $120

Servidos con Fruta de Temporada.

Pizza Vegana $88

Individual con Champiñones, Vegetales y Queso Vegano.

Pizza Integral Vegetariana $70

Individual con Champiñones, Vegetales y Queso.

Burritos $35

Integrales de: Chorizo de Soya con Papas, Papas con Queso y Frijol con Queso.

Burritos Especiales (Orden de 3) $178

Orden de 3: Machaca a la Mexicana, Machaca con Huevo o Frijoles Puercos Vegetarianos.

¡Un Placer Atenderte!

Bocados

Deli Vegetariano $121

Baguette Integral con proteína a escoger : Atún Vegetal, Pechuga de Pollo Vegetal o Jamón de Tofú, con vegetales y germinados.

Ceviche de Soya $88

Servido con Aguacate y Totopos Horneados.

Orden de Frijoles Puercos $92

Vegetarianos acompañados de Totopos horneados.

Torta de Chilaquiles Vegetariana $143

Telera sin Glúten, Omelette, Mayonesa, Queso mozarella, Crema, Cebolla, Totopos dorados y salsa cremosa a tu elección:picante o media picante.

Combo $242

Incluye entrada del día, agua fresca y postre.

Torta de Chilaquiles Vegana $154

Telera libre de Glúten, Omelette Vegano (a base de garbanzo), Mayonesa Vegana, Queso Mozarella Vegano, Crema Vegana, Cebolla, Totopos dorados y salsa cremosa a tu elección: picante o media picante.

Combo $253

Incluye entrada del día, agua fresca y postre.

¡Un Placer Atenderte!

¡Buen Provecho!
La Flor de la VIDA®
PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

Ensaladas

Ensalada Verde $83

Lechuga, Espinaca, Pepino, Manzana Verde, Chile Morrón verde y Nopal.

Verde Plus $149

Ensalada Verde con Proteína a Escoger:
Atún Vegetal o Pollo Vegetal

Ensalada Mixta $83

Lechuga, Tomate, Aguacate
y Germinado de Alfalfa.

Mixta Plus $149

Ensalada Mixta con Proteína a Escoger:
Atún Vegetal o Pollo Vegetal

Ensalada La Flor de La Vida $121

Lechuga, Espinaca, Betabel, Naranja, Semillas, Arándanos, Fresa o Mango.

La Flor de La Vida Plus $171

Ensalada La Flor de La Vida con Proteína a Escoger:
Atún Vegetal o Pollo Vegetal

Aderezos:

Balsámico, Vinagreta de Albahaca,
Perejil, Cilantro o Ajonjolí

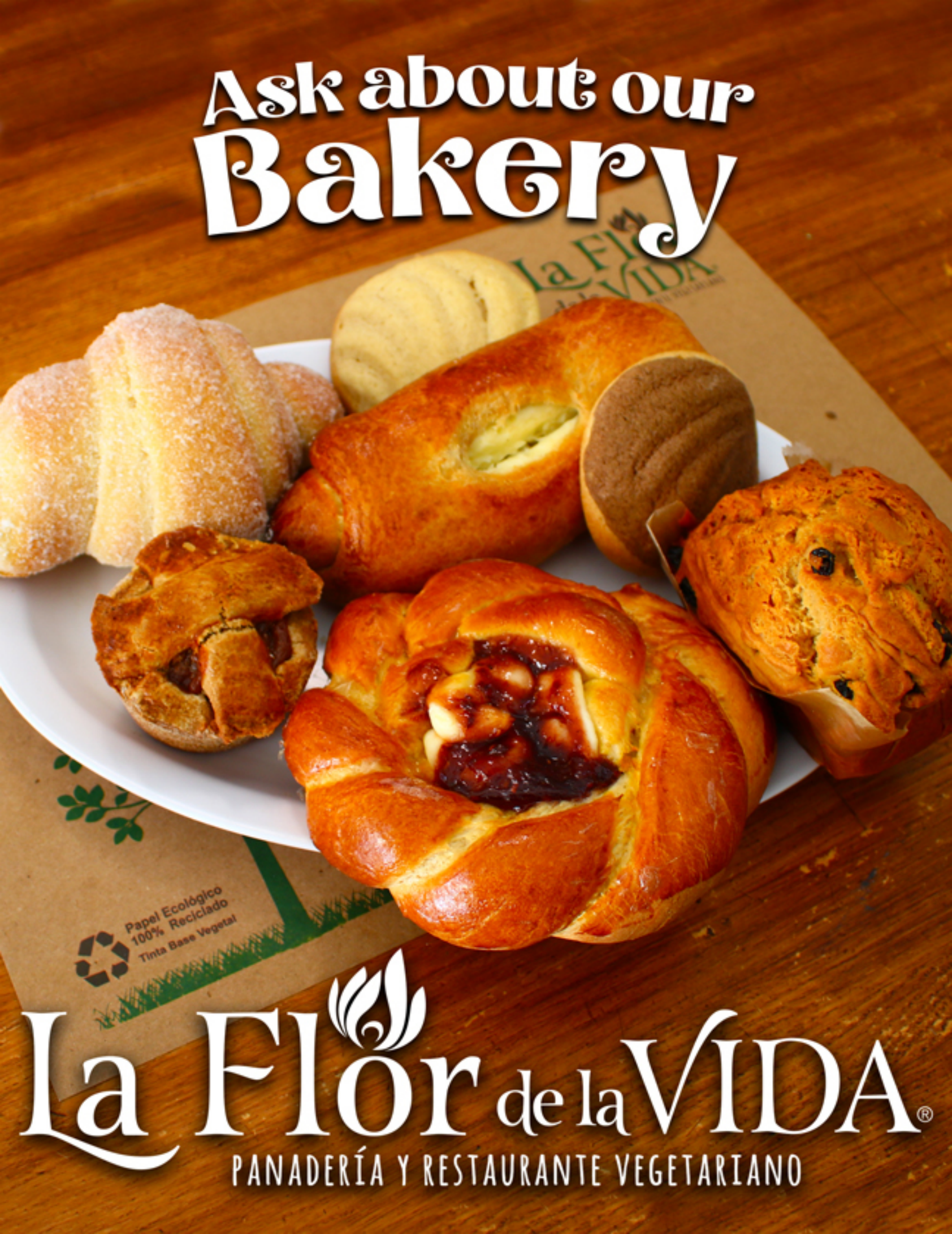
¡Un Placer Atenderte!

La Flor de la VIDA®

PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

English Menú

Ask about our Bakery



La Flor de la VIDA®

PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

Breakfast

From 8:00am to 12:00pm

La Flor de la VIDA®

PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

Breakfast

Vegetarian

Daily Special Breakfast $242

Eggs with Machaca $242

With Vegie Meat, a house specialty.

Chilaquiles with Veggie Chicken $242

Chilaquiles with Eggs $220

Scrambled Eggs $220

- With Soy Chorizo
- With Nopales
- With Veggie Ham
- Mexican Style (with Veggies)

Ranchero Style Eggs $220

Seved over a oven baked Tostada

Omelette $220

With Spinach, Mushrooms or Vegetables.

Ranchero Style Eggs

Omelette

All Breakfast includes 2 sides:
Chilaquiles and Fried Beans,
Fruit or Oatmeal,
Coffee,Tea or Golden Milk
and Complimentary Bread.

Breakfast from 8 am to 12 pm

¡A Pleassure to Serve you!

Breakfast

Vegan

Daily Special Breakfast $242

Mexican Machaca $242
Served with Fried Beans and Corn Tortillas

Chilaquiles with Veggie Chicken $242

Vegan Omelette $242
Made from chickpeas and served with vegan sourcream

Tofu Scramble $220
- Mexican Style (with Vegetables)
- With Soy Chorizo
- With Nopales
- With Veggie Ham

Tofu Scramble with Soy Chorizo

Chilaquiles

All Breakfast includes 2 sides: Chilaquiles and Fried Beans, Fruit or Oatmeal, Coffee,Tea or Golden Milk and Complimentary Bread.

Breakfast from 8 am to 12 pm

¡A Pleassure to Serve you!

Light Options

Vegan Protein Shake $135

Organic Vegan Protein (Vanilla Or Chocolate)
Made with vegetal milk and frozen banana.

Fruit Salad $138

With Yogurt, granola and dried fruit.

Whole Oats $93

With a touch of Carob Powder, served with seasonal fruit.

Yogurt with Fruit $101

With Granola, dried fruit or seeds.

Drinks & Shakes

Regular Coffee $60

Coffee Substitute $60
(Not Refillable)

Hot Chocolate $61

Vegan Hot Chocolate $83

Tea $44

Golden Milk $55

Vegan Fruit Shake $121

Fruit Shake $121

¡A Pleassure to Serve you!

Lunch

From 12:30pm to 5:30pm

La Flor de la VIDA®

PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

House Specials

Vegetarian Pozole $233/273

With Mushroom, served with Oven baked Tostadas, Cabbage, Radishes, Salsa, etc. Single Dish or in combo with an Entree, Agua Fresca and Dessert.

Vegetarian Mole Enchiladas $233/273

Served with Whole Wheat Mexican Red Rice and Fried Beans. (Vegan option Available) Single Dish or in combo with an Entree, Agua Fresca and Dessert.

Vegetarian Swiss Enchiladas $233/273

Served with Whole Wheat Mexican Red Rice and Fried Beans. (Vegan option Available) Single Dish or in combo with an Entree, Agua Fresca and Dessert.

Fetuccini with Spicy Portobello $233/273

Creamy Dried Chili Sauce and Goat Cheese, Served with our House Salad. (Vegan Option Available) Single Dish or in combo with an Entree, Agua Fresca and Dessert.

¡A Pleassure to Serve You!

Lunch from 12:30 pm to 5:30 pm

House Specials

Vegetarian Ensenada Tacos $233/273

Served with Lettuce, Pico de Gallo, Guacamole, Pickled Red Onions with Habanero, etc. (Vegan Option Available) Single Dish or in combo with an Entree, Agua Fresca and Dessert.

Vegetarian Gobernador Tacos $233/273

Served with Lettuce, Pico de Gallo, Guacamole, Pickled Red Onions with Habanero, etc. (Vegan Option Available) Single Dish or in combo with an Entree, Agua Fresca and Dessert.

Vegetarian Quesadilla (order of 3) $123

Handmade Quesadillas. Filling to Choose: **Huitlacoche, Fried Jamaica Flower or Rajas with Soy Chorizo.** (Vegan Option Available)

¡A Pleassure to Serve You!

Lunch from 12:30 pm to 5:30 pm

Main Dishes

Chiles Rellenos $220

Filled with Fresh Panela Cheese, in tomato sauce and a hint of basil. Served with Mexican Red Rice and Fried Beans.

Veggie Chicken Nuggets $242

Served with Whole Wheat Rice or Salad.

Mexican Machaca $242

Served with Fried Beans and Tortillas

Veggie Fish Fillet $242

Grilled, served with Salad, Whole Wheat Rice and Tortillas.

Daily Menu $220

All Dishes include an Entree, Side Dish, Agua Fresca and Dessert.

¡A Pleassure to Serve You!

Snacks

Whole Wheat Molletes $79

Oven baked Birote-style bread, served with beans, grilled cheese, Pico de Gallo sauce and Soy Chorizo.

Spinach Pinwheel $61

Whole Wheat Puff Pastry with Mushrooms, cheese and corn.

Whole Wheat Empanadas $48

Whole Wheat Puff Pastry filled with Soy Picadillo, Rajas With Cheese, or Veggie Tuna.

Panela Cheese Sandwich $77

Whole Wheat Bread, with Fresh Panela Cheese, Tomatoes, Avocado, Lettuce and Alfalfa Sprouts.

Whole Wheat Sandwich $99

Protein to choose: Veggie Chicken or Veggie Tuna. With Tomatoes, Avocado, Lettuce and Alfalfa Sprouts.

Veggie Beet Sandwich $110

Gluten Free Bread, Beet, Red Apple slices, Panela Cheese, Walnuts, Avocado and Lettuce Mix.

¡A Pleassure to serve you!

Snacks

Whole Wheat Ciabatta $110

Veggie Chicken Breast in Chipotle Sauce, With Spinach, Cucumber, Avocado and Alfalfa Sprouts.

Quinoa Burger $88

Quinoa Patty in Whole Wheat Bread, with Lettuce, Tomatoes, Avocados and Alfalfa Sprouts.

Whole Wheat Hot Cakes $101

Served with Seasonal Fruit

Vegan/Gluten Free Hot Cakes $120

Served with Seasonal Fruit

Vegan Pizza $88

Individual Size Pizza, with Mushrooms, Vegetables, and Vegan Cheese.

Whole Wheat Vegetarian Pizza $70

Individual Size Pizza, with Mushrooms, Vegetables, and Cheese.

Burritos $35

Whole Wheat Tortilla, Filled with: Soy Chorizo with Potatoes, Potatoes with Cheese or Beans with Cheese.

Special Burritos (Order of 3) $178

Mexican Machaca, Mexican Machaca with Eggs or Mexican Pork Beans

¡A Pleassure to Serve You!

Snacks

Vegetarian Deli $121

Whole Wheat Baguette, Protein to choose: Veggie Tuna, Veggie Chicken or Veggie Ham made from Tofu. With Vegetables and Sprouts.

Soy Ceviche $88

Served with Avocado and Tortilla Chips

Mexican Pork Beans $92

100% Vegetarian, Served with Tortilla Chips.

Vegetarian Chilaquiles Torta $143

Telera Gluten-Free Bread filled with an Omelette, Mayonnaise, Mozzarella Cheese, Sour Cream, Onions, and Chilaquiles with a Creamy Sauce. Choose between Spicy or Mild Spicy.

Combo $242

Includes our daily Entree, Agua Fresca and Dessert.

Vegan Chilaquiles Torta $154

Telera Gluten-Free Bread, filled with a Vegan Omelette (Chickpea based), Vegan Mayo, Vegan Cheese, Vegan Sour Cream, Onions and Chilaquiles with a Creamy Sauce. Choose between Spicy or Mild Spicy.

Combo $253

Includes our daily Entree, Agua Fresca and Dessert.

¡A Pleassure to Serve You!

¡Enjoy Your Meal!
La Flor de la VIDA®
PANADERÍA Y RESTAURANTE VEGETARIANO

Salads

Green Salad $83

Lettuce, Spinach, Cucumber, Green Apple, Green Bell Pepper and Nopal.

Green Plus $149

Green Salad with Protein to Choose:
Veggie Tuna or Veggie Chicken,

Mixed Salad $83

Lettuce, Tomatoes, Avocado,
and Alfalfa Sprouts.

Mixed Plus $149

Mixed Salad with Protein to Choose:
Veggie Tuna or Veggie Chicken.

Lechuga, Espinaca, Betabel, Naranja, Semillas, Arándanos, Fresa o Mango.

La Flor de La Vida Salad $121

Lettuce, Spinach, Beet, Orange, Seeds, Cranberrys and Strawberry or Mango.

La Flor de La Vida Plus $171

La Flor de la Vida Salad with Protein to Choose:
Veggie Tuna or Veggie Chicken.

Dressings:

Balsamic Vinaigrette, Basil Vinaigrette
Parsley, Cilantro or Sesame.

¡A Pleassure to Serve You!