

Platillos

de la casa

MENÚ

Chiles rellenos

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

\$145

Nuggets de Pechuga

De pollo vegetal, servidos con arroz integral o ensalada mixta.

\$160

Machaca Mexicana

Con frijoles refritos y tortillas de maíz.

\$160

Filete de pescado vegetal

A la parrilla con ensalada mixta, arroz integral y tortillas de maíz.

\$160

Menú del día



\$145

Todos los Platillos incluyen una entrada, guarnición, agua fresca y postre.

HORARIO 12:30 pm
a 6:00 pm

Horario de atención de Lunes a Sábado

RECUERDA CONSULTAR
NUESTRO MENÚ SEMANAL

@LaFlorDeLaVidaTijuana  

UN PLACER ATENDERTE

Horario de
8:00 A.M. a
12:00 P.M.

Desayunos

Vegetariano

MENÚ

Desayuno Especial del día \$165

Huevos con Machaca \$165

Con carne vegetal, especialidad de la casa.

Chilaquiles \$145

Con huevo.

Omelette \$145

De espinaca, champiñones o vegetales.

Huevos Rancheros \$145

Montados en tostadas horneadas.

Huevos al gusto \$145

Con tostadas recién horneadas.

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

Algo ligero

Malteada Vegana \$95

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

Ensalada de Frutas \$80/\$120

Con yogurth, granola y frutos secos.

Avena Integral \$68

Con un toque de algarrobo, servida con fruta de
temporada. Tipo de leche a elegir.

Yogurt con Fruta \$68

Con granola, frutos secos o semillas.

UN PLACER ATENDERTE

Horario de
8:00 A.M. a
12:00 P.M.

Desayunos

Vegano

MENÚ

Desayuno Especial del día \$165

Machaca Mexicana \$160
Con frijoles refritos y tortillas de maíz.

Chilaquiles \$160
Con frijoles y/o pechuga de pollo vegetal

Tofú revuelto \$145



- A la Mexicana (con verduras)
- Con Chorizo de soya
- Con Nopales
- Con Jamón vegetal

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

HORARIO 8 :00 am
a 12:00 pm

Horario de atención de Lunes a Sábado

RECUERDA CONSULTAR
NUESTRO MENÚ SEMANAL

@LaFlorDeLaVidaTijuana  

UN PLACER ATENDERTE

Bocados

MENÚ

Orden de Frijoles puercos

Vegetarianos acompañados de totopos horneados

\$68 pesos

Molletes Integrales

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

\$58 pesos

Riel de Espinacas

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

\$43 pesos

Empanadas Integrales

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

\$32 pesos

Sándwich Integral

De queso panela fresco con tomate, aguacate, lechuga y germinado de alfalfa.

\$55 pesos

Sándwich Integral

Con pechuga de pollo vegetal o atún vegetal, con tomate, aguacate, lechuga y germinado de alfalfa.

\$70 pesos

Chabata Integral

Pechuga de pollo vegetal al chipotle, con espinaca pepino, aguacate y germinado de alfalfa.

\$75 pesos

Hamburguesa

De Quinoa, en pan integral, con lechuga, tomate, aguacate y germinado de alfalfa.

\$60 pesos

UN PLACER ATENDERTE

Bocados

MENÚ

Hot Cakes Integrales

Gluten free, servidos con fruta de temporada.

\$70

Pizza Vegetariana

Individual con champiñones, vegetales y queso.

\$53

Pizza Gluten Free

Individual con champiñones, vegetales y queso.

\$67

Burritos

Integrales, chorizo de soya con papas, papas con queso y frijol con queso.

\$25

Burritos Especiales

Orden de 3: Machaca o Frijoles puercos vegetarianos

\$38 c/u
(Orden de 3)

Deli Vegetariano

Baguette integral con atún, pechuga de pollo vegetal o jamón de tofu, con vegetales y germinados.

\$75

Ceviche de Soya

Servido con aguacate y tostadas horneadas.

\$60

Burritos Gluten Free

De Chorizo de soya con papas, papas con queso y frijol con queso.

\$35

Burritos Especiales Gluten Free

De Machaca, frijoles puercos, chile relleno y carne asada.

\$50

UN PLACER ATENDERTE

Ensaladas

MENÚ

Ensalada Verde

\$60

Lechuga, espinaca pepino, manzana verde, morrón verde y nopal.

\$100

Verde Plus: con ensalada de atún vegetal o de pollo vegetal.

Ensalada Mixta

\$60

Lechuga, tomate, aguacate y germinado de alfafa.

\$100

Mixta Plus: con ensalada de atún vegetal o pollo vegetal.

La Flor de la Vida

\$80

Lechuga, espinaca, betabel, naranja, semillas, arándanos, fresa o mango.

\$125

La Flor plus: con ensalada de atún vegetal o pollo vegetal.

Aderezos

Balsámico, Vinagreta de albahaca, Perejil, Cilantro o ajonjolí.

Bebidas

Café regular

\$35

Café Sustituto

\$35

Chocolate caliente

\$55

Té

\$30

Leche Dorada

\$30

Licuarios

Licuido con Fruta Vegano
(Plátano y fresa)

\$90

Licuido con Fruta
(Plátano y fresa)

\$75

RECUERDA CONSULTAR
NUESTRO MENÚ SEMANAL

@LaFlorDeLaVidaTijuana



UN PLACER ATENDERTE