



“De la naturaleza a tu mesa”

# MENÚ

Calle Renacimiento 371, esquina Faja de oro. Col. Petrolera, Azcapotzalco, CDMX.

## ENSALADAS

### Ensalada Pame

Espinaca, Lechuga, Mango, Ajonjolí natural o Garapiñado, Aguacate, Arándano, Queso panela, Crouton, Atún.

\$105

### Ensalada Pepita

Lechuga, Espinaca, Apio, Betabel, Manzana, Cacahuat, Aguacate, Tortilla fritas, Pechuga - empanizada.

\$115

### Ensalada Azalea

Espinaca, Lechuga, Cebolla morada, manzana, Zanahoria, betabel, Aguacate, tortilla frita, Pechuga Asada.

\$120

### Ensalada Salma

Espinaca, Lechuga, Arándano, Aguacate, Tomate Cherrí, Manzana, Nuez, Ajonjolí natural o Garapiñado Croutones, Salmón

\$200

### Preparada a tu gusto

- Base de Lechuga y Espinaca
  - 100g de Proteína a elegir (excepto salmón)
  - 3 Vegetales
  - 2 Crocantes
- \$130

### Vegetal

Mago, Manzana, Espinaca, aguacate, betabel, zanahoria, Cebolla, tomate Cherry, Uva.

### Crocante

Nuez, semilla de calabaza, almendras fileteadas, ajonjolí natural o garapiñado, arándano

Vegetal o crocante extra \$7

### Proteína Extra

Atún (en agua)  
Queso Panela  
Queso de Cabra  
Pechuga Asada  
Pechuga Empanizada

\$20

Salmón \$80

### Aderezos

Miel Mostaza, Chipotle Frutos rojos, Cilantro Vinagreta de soja Vinagreta de ajo con albahaca Vinagreta de aceite balsámico con jalapeños.

## DESAYUNOS

### Omelette

- Relleno de queso manchego, espinaca y cebolla
  - Relleno de jamón y queso
- (Sobre una cama de Lechuga, acompañado de frijoles refritos)

Solo

Combo

\$75

\$115

### Cuernito

Jamón, lechuga, Mayonesa, Queso Manchego, jitomate, Chiles en Vinage

\$55

\$90

### Sandwich

- Jamón (lechuga jitomate, queso Panela, Chiles en vinagre, aguacate, Germen de trigo)

\$45

\$80

- Ensalada de Atún (Apio, mayonesa, granos de elote, chiles en vinagre, lechuga)

### Huevoito a la Mexicana

Sobre una cama de lechuga, acompañado de frijoles refritos

\$75

\$115

### Wrap

Tortilla de avena y betabel rellena de queso crema, espinaca, lechuga, pollo, jitomate y chiles en vinagre

\$70

\$115

### Dobladita de Jamón y Queso

Tortilla de Avena y espinaca rellena de jamón, queso manchego, lechuga, acompañada de frijoles refritos.

\$55

\$90

ANTOJO

	Solo	Combo
<b>Chilaquiles</b> Verdes/Rojos	\$90	\$120
<b>Torta de Chilaquiles</b>		
• Sencillos	\$40	\$70
• c/ Milanesa de pollo	\$60	\$90

	Solo	Combo
<b>Molletes</b>	\$60	\$90
<b>Bisquets</b>	\$60	\$90



BEBIDAS

LICUADOS VERDES

**Apio, Limón, Pepino**  
Elimina liquidos Retenidos

**Espinaca, Piña y Gengibre**  
Fortalece el sistema Inmune

**Lechuga, Piña y Apio**  
Regula presión arterial

**Piña,Betabel, Pepino, Apio**  
Limpia higado

**Avena y Piña**  
Desintoxica el cuerpo

**Plátano, Fresa Betabel**  
Energético

**Pepino, Apio, Espinaca, Manzana, Limón, Gengibre**  
Fortalece sistema inmune y desintoxicante

**Piña, Zanahoria, Betabel y Pepino**  
Digestivo, Desintoxicante

Licuados

Fresa, Plátano, Nuez, Amaranto, Cacao, Avena.  
(con leche deslactosada) \$40 470 mL

Aguas Frescas

- Pepino, Limón, Chia \$25 470 mL
- Avena, Canela, nuez
- Jamaica Albaca \$40 1 Litro
- Piña, Apio, Limon

Esquimo

Chocolate, Café, Vainilla, Nuez, Coco. \$40

**Capuchino** \$45

**Café americano** \$30

Té

- Frio/Caliente \$30
- Jengibre y limón
  - Cúrcuma, limón y Manzanilla
  - Ginseng, jengibre y hierba mate
  - Manzanilla, vainilla y miel
  - Matcha vainilla
  - Frutos Rojos

Tizana

Frio/Caliente \$50

CONTACTO

@mama\_lechuga\_cafeteria - (55) 59-60-37-19

