



mez CLA

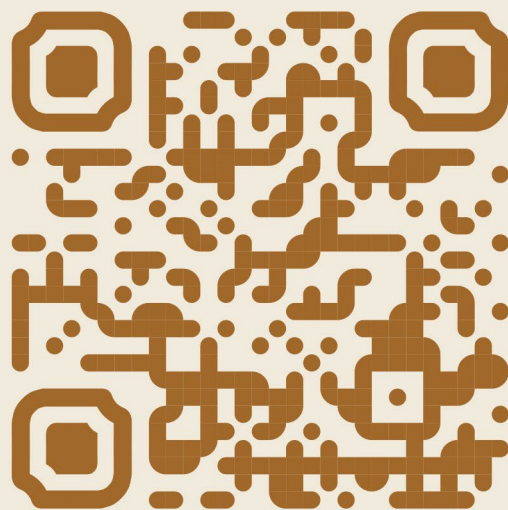
SALAD • POKE • BOWL

> Comida real <
para personas reales.

Hoy es un buen día
para elegirte.



Únete al team
¡buena mezcla!



Elige lo que te haga sentido hoy

¿ **Salad** **Poke** o **Bowl** ?



Ponle + **prote** a tu Bowl

Salmón al limón y romero 95 gr	+\$70	Atún fresco 40 gr	+\$50
Arrachera 100 gr	+\$60	Pechuga asada 100 gr.....	+\$40
Camarón 60 gr	+\$60	Pechuga chipotle 100 gr	+\$45
Salmón fresco 40 gr.....	+\$50		

ESPECIALIDADES

de bowls



\$200

OMEGA 3

GLOW

SALMON GLOW

Base de arroz blanco, salmón, queso crema, edamames, zanahoria asada, aguacate y betabel asado.

34 g proteína 65 g Carb 22 g grasas b. 550 kcal



\$190

COLAGENO

LIGERO

SHRIMP & FLOW

Base de lechuga, arroz blanco, camarones, tampico, brócoli y coliflor asado, edamames y zanahoria asada.

37 g proteína 55 g Carb 16 g grasas b. 550 kcal



\$175

HIGH PROTEIN

FUERZA

SPICY CHICKEN

Base de espinaca con arroz blanco, pollo chipotle, queso panela, cebolla morada, jitomate cherry, pepino y camote asado.

38 g proteína 60 g Carb 16 g grasas b. 550 kcal



\$170

FIBRA

ANTIOXIDANTES

VEGGIE RESET

Base de lechuga y espinaca, con hummus de garbanzo, brócoli y coliflor asado, jitomate cherry, camote asado, pulpa de aguacate y papa cambray.

22 g proteína 75 g Carb 16 g grasas b. 490 kcal



\$185

HIERRO

ENERGÍA

MEXICAN POWER

Base de lechuga, arroz blanco, arrachera, aguacate, jitomate cherry, queso panela, elote en grano y pico de gallo.

32 g proteína 50 g Carb 20 g grasas b. 510 kcal

*Porciones y gramajes pueden presentar variaciones.

ESPECIALIDADES

ensaladas \$134



PROTEICO LIGHT

RESET & BALANCE

Base de lechuga, pechuga de pollo a las finas hierbas, brócoli y coliflor asado, espinaca, zanahoria asada, jitomate cherry y apio.

36 g proteína 17 g Carb
4 g grasas b. 270 kcal



ENERGÍA GLOW

TROPICAL ENERGY

Base de lechuga, pechuga de pollo a la BBQ, piña, pasta fusilli y zanahoria asada.

34 g proteína 58 g Carb
6 g grasas b. 430 kcal



PROTEICO BALANCE

POWER MOVE

Base de lechuga, pollo pimienta, zanahoria asada, brócoli y coliflor asado, jitomate cherry y pasta fusilli.

39 g proteína 33 g Carb
5 g grasas b. 340 kcal



OMEGA 3 FRESH

OCEAN VIBES

Base de lechuga, tam-pico, atún, zanahoria asada, pimienta morrón, pasta fusilli y pepino.

30 g proteína 32 g Carb
10 g grasas b. 370 kcal

ESPECIALIDADES

Pokes



\$155

COLAGENO LIGERO

SHRIMP BALANCE

Base de arroz blanco, camarones, betabel asado, zanahoria asada, pepino, mango y bolitas de queso crema.

30 g proteína 60 g Carb
16 g grasas b. 500 kcal



\$175

OMEGA 3 GLOW

SALMÓN PRIME

Base de arroz blanco, salmón crudo, zanahoria asada, brócoli y coliflor asado, germen de alfalfa, aguacate y mango.

32 g proteína 55 g Carb
22 g grasas b. 550 kcal



\$150

HIGH PROTEIN ENERGIA

TUNA ENERGY

Base de arroz blanco, atún crudo, pepino, edamames, aguacate, mango y camote asado.

36 g proteína 60 g Carb
12 g grasas b. 500 kcal

*Porciones y gramajes pueden presentar variaciones.

DELI MICH PANINI

Acompañado de una sopa de 125 ml o una porción de chips de papa o una porción de ensalada.

PASTOR \$166

Dip chipotle, queso manchego, carne al pastor, cebolla morada y piña.

BUFFALO CRUNCH \$166

Dip chipotle, tiras de pollo empanizado búfalo, queso manchego, cebolla morada, lechuga y jitomate.

GREEN MELT \$166

Aderezo Ranch, queso panela, queso americano, queso gouda y champiñones.

BBQ CRUNCH \$166

Pechuga de pollo empanizado, queso manchego y BBQ.

QUESADILLAS New

Incluye agua de 480 ml, acompañado de guacamole de 2 oz y dip chipotle de 2 oz.

ARRACHERA \$154

Tortilla de harina, arrachera, cebolla caramelizada, pico de gallo y queso.

POLLO CHIPOTLE \$129

Tortilla de harina, pollo chipotle, cebolla caramelizada, granos de elote y queso.

PANINIS PROTEICOS



New

ARRACHERA | \$143 80 g proteína

Arrachera, queso manchego, aguacate y pico de gallo.

New

SALMÓN | \$127 70 g proteína

Salmón, queso crema, pepino y cilantro.

New

CAMARÓN | \$147 80 g proteína

Camarón, queso manchego, jitomate, pimientos y dip chipotle.



CAMARÓN \$134

Tortilla de harina, camarones, cebolla caramelizada, pimientos verdes y queso.

PASTOR \$131

Tortilla de harina, carne al pastor, cebolla morada, cilantro y queso.

DAILY LUNCH

Combo 1

Bowl armado + agua 480 ml



\$150

Combo 2

Deli panini + agua 480 ml



\$170

Acompañante: Elige entre sopa de 125 ml o una porción de chips de papa o una porción de ensalada.

Combo 3

Poke + agua 480 ml



\$185

Combo 4

Bowl armado + panini
+ agua 480 ml



\$250

*Aplican restricciones *Imágenes con fines ilustrativos *Los bowls no incluyen extras de proteína.

Lo calentito

	125 ml	250 ml
Sopa de tomate rostizado	\$35	\$65
Sopa de verduras	\$35	\$65

Bebidas

VASO (1 L)	\$48	Botella de agua natural
VASO (480 ml)	\$37	(500 ml) \$18

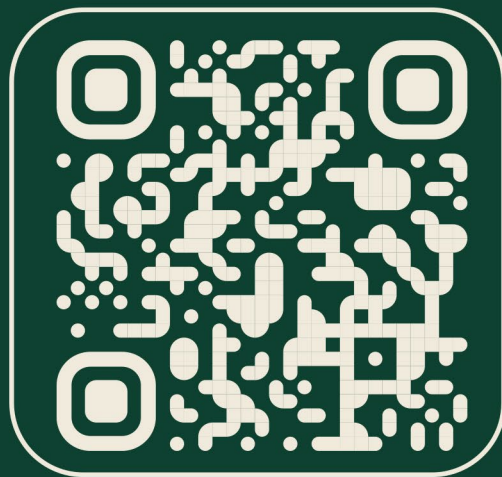
*Consulta sabores disponibles en sucursal.

*Botella de agua sujeta a disponibilidad en sucursal.

ERES LA MEZCLA
perfecta



Lo que comes,
explicado.



@mezcla.sf

