



mez CLA

SALAD • POKE • BOWL

≧ Comida real ≦
para personas reales.

Hoy es un buen día
para elegirte.



**Da clic y
únete al team**

¡Buena mezcla!

Elige lo que te haga sentido hoy

¿ **Salad** **Poke** o **Bowl** ?

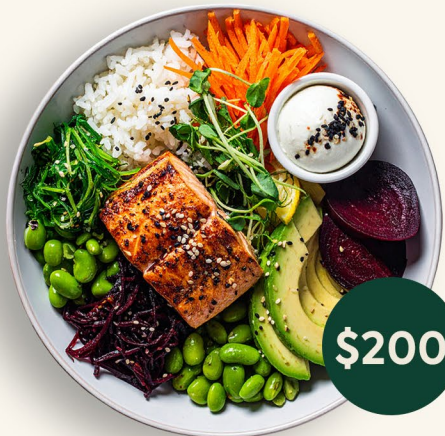


Ponle + **prote** a tu Bowl

Salmón al limón y romero 95 gr	+\$70	Atún fresco 40 gr	+\$50
Arrachera 100 gr	+\$60	Pechuga rostizada 100 gr.....	+\$40
Camaron 60 gr	+\$60	Pechuga chipotle 100 gr	+\$45
Salmón fresco 40 gr.....	+\$50	Hummus de garbanzo 140 gr	+\$35

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 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, coliflor asada, 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 asado, jitomate cherry, camote asado, y edamames.

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



\$185

HIERRO

ENERGÍA

MEXICAN POWER

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

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

*imagenes con fines ilustrativas *Porciones y gramajes pueden presentar variaciones.

ESPECIALIDADES

ensaladas \$134



PROTEICO LIGHT

RESET & BALANCE

Base de lechuga, pechuga de pollo a las finas hierbas, brocoli 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, brocoli 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, zanahoria, 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, 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

*imagenes con fines ilustrativas *Porciones y gramajes pueden presentar variaciones.

DELI MICH SÁNDWICH

CHICKEN-SALAMI FIRE \$151

Pechuga de pollo regio picante, salami, jamón de pavo, queso manchego y dip chipotle.

CHICKEN RANCH\$151

Aderezo ranch, queso manchego, jamón de pavo y pollo finas hierbas.

CHEESE POWER\$151

Aderezo bluechesse, queso americano, queso manchego, queso panela y champiñones.

TUNA FRESH\$151

Aderezo ranch cinlantro jalapeño, atún y queso crema.

DELI MICH PANINI

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.

Lo calentito

Sopa de tomate
rostizado.....\$65

Sopa de
verduras\$65



Bebidas

VASO (1 L) \$48

VASO (480 ml) \$37

Botella
de agua
natural (500 ml) \$18

*Consulta sabores disponibles en sucursal.

*Botella de agua sujeta a disponibilidad en sucursal.





ERES LA MEZCLA
perfecta

@mezcla.sf

