

PARA EMPEZAR

GUACAMOLE G L 	5,90€
con pico de gallo, tortitas de maíz y queso cheddar	
HUMMUS G 	5,90€
hummus casero con pan pita	
CHIPS VEGETALES	3,50€
yuca, batata, zanahoria y remolacha con mayonesa	

TOSTADAS | G |

* pan de payés

LA IBÉRICA	6,90€
jamón ibérico, aceite oliva y tomate cherry	
LA NÓRDICA P S 	7,50€
salmón ahumado, aguacate y cebolla roja	
LA VEGANA S 	5,50€
aguacate, pepinos, rábanos y brotes de remolacha	
MOZZARELLA L F 	6,90€
con tomate seco, espinaca baby y aceite de pesto	
PLÁTANO F 	5,50€
con mantequilla de cacahuete, almendra laminada, chia y miel	
FRUTOS ROJOS L F 	5,95€
con queso crema, nutella, almendra laminada y chia	

BAGELS | G |

AGUACATE L S 	5,95€
queso crema con eneldo, brotes de alfafa, pepino y rábano	
añade salmón	3,50€
POLLO S 	6,50€
con tomate, rúcula y salsa tártara	
BACON L S 	7,50€
con queso brie, aguacate, mezclum y mermelada de tomate	
ATÚN P S 	6,50€
con aguacate, canónigos, tomate y mayonesa	
PAVO AHUMADO L S 	6,50€
con queso, mezclum y tomate	
HUMMUS S 	5,50€
con tomate, canónigos y brotes de alfafa	
*Añade huevo poché extra	1,50€

ENSALADAS Y BOWLS

DE POLLO S F 	8,50€
Mezclum, pollo, aguacate, cherry, zanahoria, cebolla roja, piñones, semillas con vinagreta de miel y mostaza	
LA JAPONESA P S So F 	9,90€
Rúcula, aguacate, pepino, salmón ahumado, fresas, nueces, semillas de sésamo con salsa ponzu	
ASIAN BOWL S So G 	8,90€
Arroz negro, tofu firme, rábanos, kale, jengibre rosa, edamame, zanahoria, pepino con vinagreta de miso	
POKÉ BOWL P G S So 	10,50€
Trigo sarraceno, atún rojo marinado, mango, zanahoria rallada, aguacate, edamame, alga wakame, cebolla frita y calabacín con reducción de soja	

HUEVOS

REVUELTOS H G S 	5,50€
con tostada	
aguacate o queso L	2,50€
espinacas o cebolla	1,00€
champiñones o tomate	1,50€
bacon o pavo o atún P	3,00€
jamón ibérico o salmón P	3,50€
REVUELTOS VEGANOS G S 	7,50€
Tofu revuelto con cúrcuma y tostada	
espinacas o cebolla	1,00€
champiñones o tomate	1,50€
aguacate	2,50€
BENEDICT CLÁSICO H G S L 	9,50€
Dos huevos poché sobre muffin inglés bacon y salsa holandesa	
BENEDICT NÓRDICO H G S L P 	11,50€
Dos huevos poché sobre muffin inglés, salmón ahumado y salsa holandesa	
BENEDICT THAI H G S 	10,50€
Dos huevos poché sobre muffin inglés con champiñones, espinacas y salsa Thai	
HAMBURGUESAS G 	
* pan burger de cristal elaborado con masa madre	
CASERA DE TERNERA H L S 	9,90€
con huevo escalfado, queso, mezclum, tomate y cebolla roja	
CASERA VEGANA G S 	10,50€
de tofu con espinacas y calabacín, rúcula, tomate y cebolla caramelizada	



STARTERS

GUACAMOLE | G | L | 5,90€

with pico de gallo and nachos with cheddar cheese

HUMMUS | G | 5,90€

homemade hummus with pita bread

VEGGIE CHIPS 3,50€

yucca, sweet potato, carrot and beet with mayo

TOASTS | G |

* rustic bread

LA IBÉRICA 6,90€

Iberian ham, olive oil and cherry tomatoes

LA NÓRDICA | P | S | 7,50€

smoked salmon, avocado and red onion

LA VEGANA | S | 5,50€

avocado, rucula, cherry tomatoes, radishes, cucumber and beet sprouts

MOZZARELLA | L | F | 6,90€

with dried tomatoes, baby spinach and pesto oil

BANANA | F | 5,50€

with peanut butter, laminated almond, chia and honey

BERRIES | L | F | 5,95€

with cream cheese and nutella, chia and laminated almond

BAGELS | G |

AVOCADO | L | S | 5,95€

cream cheese with dill, alfafa sprouts, cucumber and radishes

add salmon 3,50€

CHICKEN | L | S | 6,50€

with tomato, arugula and tartar sauce

BACON | L | S | 7,50€

with brie cheese, avocado, mezclum and tomato jelly

TUNA | P | S | 6,50€

with avocado, lamb's lettuce, tomato and mayo

SMOKED TURKEY | L | S | 6,50€

with cheese, mezclum and tomato

HUMMUS | S | 5,50€

with tomatoes and lamb's lettuce and alfafa sprouts

*Add extra poached egg 1,50€

SALADS & BOWLS

CHICKEN | S | F | 8,50€

Mix of lettuce, chicken, avocado, cherry tomatoes, red onion, carrot, pine nuts, seeds and honey mustard dressing

LA JAPONESA | P | S | So | F | 9,90€

Arugula, avocado, cucumber, wakame seaweed, smoked salmon, strawberry, nuts, seeds with ponzu sauce

ASIAN BOWL | S | So | G | 8,90€

Black rice, marinated firm tofu, radishes, kale, pink ginger, edamame, carrot, cucumber and miso dressing

POKÉ BOWL | P | G | S | So | 10,50€

Buckwheat, marinated red tuna, mango, carrot, avocado, edamame, wakame seaweed, fried onion, zucchini with soy reduction sauce

EGGS

SCRAMBLED | H | G | S | 5,50€

with toast

avocado or cheese | L | 2,50€

spinach or onion 1,00€

mushrooms or tomato 1,50€

bacon or turkey or tuna | P | 3,00€

Iberian ham or salmon | P | 3,50€

VEGAN SCRAMBLED | G | S | 7,50€

Scrambled tofu with tumeric and toast

onion or spinach 1,00€

mushrooms 1,50€

avocado 2,50€

BENEDICT CLASSIC | H | G | S | L | 9,50€

Poached eggs over English muffin with bacon and Hollandese sauce

BENEDICT NORDIC | H | G | S | L | 11,50€

Poached eggs over English muffin with smoked salmon and Hollandese sauce

BENEDICT THAI | H | G | S | 10,50€

Poached eggs over English muffin with spinach and mushrooms and Thai sauce

BURGERS | G |

* cristal burger bread made with natural yeast dough

BEEF HOMEMADE | H | L | S | 9,90€

with poached egg, cheese, mezclum, tomato and red onion

VEGAN HOMEMADE | G | S | 10,50€

tofu, spinach and zucchini with arugula, tomato and caramelized onion



SMOOTHIE BOWLS

MERMAID | F | G | L | 8,50€

Leche de avena, yogur griego, plátano, avena, espirulina, sirope de agave, chia, kiwi, frutos rojos, pipas y granola

CHOCO-BANANA | CC | F | G | L | 7,95€

Leche de almendras, plátano, crema de cacahuete, cacao, maca, semillas de chia, avena, virutas de chocolate, almendras y coco rallado, chia y granola

AÇAÍ | F | S | So | G | 8,50€

Leche de soja, açai, granola, plátano, frutos rojos, coco rallado y chia

PINK DRAGON | F | S | G | 8,75€

Leche de almendras, pink pittaya, plátano, granola, coco rallado, kiwi, mango, bayas de goji, chia y avena

TARTAS

BROWNIE | H | L | 3,50€

*Añade una bola de helado a escoger: 1,00€
vainilla, nata y chocolate

JAPANESE FLUFFLY CHEESECAKE | G | L | 4,20€

H |

SWISS ROLL MATCHA | G | H | L | 4,20€

SWISS ROLL SÉSAMO NEGRO 4,20€

| G | H | L | S |

CARROT CAKE VEGANO | F | 4,50€

RED VELVET CAKE | H | L | 4,50€

LEMON PIE | G | L | H | So | Su 4,50€

OREO CAKE | G | H | L | 4,50€

NUTELLA CAKE | G | H | L | 4,50€

RAINBOW CAKE | H | 4,90€

MATCHA CAKE | H | L | 4,90€

PANCAKES

PANCAKES CLÁSICOS | G | H | L | 7,90€

Con frutos rojos, plátano, yogur griego, nata, nutella, chia y a escoger: sirope de agave, miel, caramelo, sirope de mango, sirope de fresa o sirope de chocolate

PANCAKES DE MATCHA | G | H | L | 8,50€

Con frutas de temporada, judía roja,, helado matcha, nata, chia, sirope de mango y salsa de matcha

PANCAKES SALADOS | G | H | L | 9,50€

Con huevos revueltos, bacon, mantequilla y sirope de arce

ALGO DULCE

PORRIDGE DE AVENA | G | 5,90€

Con frutos rojos, kiwi, plátano caramelizado, chia, coco rallado y leche de coco

YOGUR GRIEGO CON MUESLI | L | 3,50€

frutos rojos, mermelada y miel

MOCHI DE MATCHA | H | L | 3,90€

MOCHI DE CHOCOLATE | H | L | 3,90€

MOCHI DE FRESA | H | L | 3,90€

DORAYAKI DE MATCHA | G | H | L | So | 3,10€

DORAYAKI DE ANKO | G | H | L | So | 3,10€

COOKIE DE CHOCOLATE | G | H | L | 1,90€

COOKIE DE MUESLI | G | H | L | F | 1,90€

MUFFIN DE CHOCOLATE | G | H | L | 1,95€

MUFFIN DE YOGUR Y ARÁNDANOS | G | 1,95€

H | L |

MUFFIN DE SEMILLAS Y NUECES | G | H | 1,95€

L | F |



SMOOTHIE BOWLS

MERMAID F G L 	8,50€
Greek yogur, banana, oats, agave syrup, chia, spirulina, granola, kiwi, berries, seeds and chia	
CHOCO-BANANA CC F G L 	7,95€
Almond milk, banana, peanut butter, cocoa, maca, chia seeds, oats, chocolate chips, almond, grated coconut and granola	
AÇAÍ F S So G 	8,50€
Soy milk, açai, banana, berries, grated coconut, chia and granola	
PINK DRAGON F S G 	8,75€
Almond milk, pink pittaya, banana, coconut, kiwi, mango, Goji berries and granola	

CAKES

BROWNIE H L 	3,50€
Add ice-cream (vanilla, cream or chocolate) 1,00€	
SWISS ROLL MATCHA G H L 	4,20€
SWISS ROLL BLACK SESAME G H L S 	4,20€
JAPANESE FLUFFLY CHEESECAKE G L H 	4,20€
VEGAN CARROT CAKE F 	4,50€
RED VELVET CAKE H L 	4,50€
LEMON PIE G L H So Su	4,50€
OREO CAKE G H L 	4,50€
NUTELLA CAKE G H L 	4,50€
RAINBOW CAKE H 	4,90€
MATCHA CAKE H L 	4,90€

PANCAKES

PANCAKES G H L S 	7,90€
With berries, banana, Greek yoghurt, nutella and choose agave syrup, honey, caramel sauce, chocolate syrup, strawberry syrup or mango syrup	
MATCHA PANCAKES G H L S 	8,50€
With fresh fruits, azuki, matcha ice cream chia, whipped cream, mango syrup and matcha sauce	
SALTY PANCAKES G H L S 	9,50€
With scrambled eggs, bacon, butter and maple syrup	

SOMETHING SWEET

OATMEAL PORRIDGE G 	5,90€
With berries, kiwi, caramelised banana, chia, grated cocount and coconut milk	
GREEK YOGHURT WITH MUESLI L 	3,50€
berries, jam and honey	
MATCHA MOCHI H L 	3,90€
CHOCOLATE MOCHI H L 	3,90€
STRAWBERRY MOCHI H L 	3,90€
MATCHA DORAYAKI G H L So 	3,10€
AZUKI DORAYAKI G H L So 	3,10€
CHOCOLATE COOKIE G H L 	1,90€
MUESLI COOKIE G H L 	1,90€
CHOCOLATE MUFFIN G H L 	1,95€
YOGURT AND BLUEBERRY MUFFIN G H L 	1,95€
SEEDS AND NUTS MUFFIN G H L F 	1,95€



BEBIDAS

CAFÉ

	HOT	ICED
EXPRESO	1,20€	1,30€
CORTADO	1,40€	1,50€
LATTE XL	1,60€ 2,00€	1,90€ 2,30€
MOKA LATTE XL	2,50€ 3,00€	2,80€ 3,30€
CARAMEL LATTE XL	2,50€ 3,00€	2,80€ 3,30€
LATTE AVELLANA XL	2,50€ 3,00€	2,80€ 3,30€
CAPUCCINO	2,20€	2,50€
AMERICANO	1,60€	1,90€
DOBLE EXPRESO	1,80€	1,90€

*Suplemento leche vegetal 0,20€

** Carga extra 0,50€

LATTES

	HOT	ICED
MATCHA LATTE	3,50€	3,80€
CHAI LATTE	3,50€	3,80€
PINK VITALITY LATTE	3,95€	4,35€
té rojo Pu-erh, remolacha, pink pitaya, inulina, stevia y vainilla		
BLUE INMUNNITY LATTE	3,95€	4,35€
té azul Oolong, blue spirulina, butterfly pea flower, inulina, stevia y vainilla		
BLACK DETOX LATTE	3,95€	4,35€
té negro, carbón vegetal activo, inulina, stevia, canela y vainilla		
GOLDEN MILK	3,95€	4,35€
té amarillo, cúrcuma, calabaza, especias chai, inulina y vainilla		
CHOCOLATE CALIENTE	3,50€	
*Añade nata	0,50€	
*Suplemento leche vegetal	0,20€	

FRAPPÉS

* base de café o de vainilla

FRAPPÉ DE CAFÉ	4,00€
MOKA FRAPPÉ	4,50€
FRAPPÉ DE CARAMELO	4,50€
FRAPPÉ DE MANGO	4,50€
FRAPPÉ DE FRESA	4,50€
FRAPPÉ DE MATCHA	4,90€
*Suplemento leche vegetal	0,20€

BEBIDAS CASERAS

LIMONADA TRADICIONAL	3,50€
PINK LEMONADE	3,95€
MATCHA LEMONADE	3,95€
LEMON ICE TEA	3,50€

ZUMOS Y SMOOTHIES

ZUMO NARANJA NATURAL	3,90€
COCO VERDE FRESCO	5,95€
MATCHA GREEN	5,95€
kale, mango, plátano, limoncello, manzana, matcha y leche vegetal	
SUNSET ORANGE	5,50€
zanahoria, piña, papaia, baia de goji, jengibre y zumo de naranja	
TROPICAL YELLOW	5,50€
plátano, coco, piña y leche vegetal	
RASPBERRY RED	5,95€
frutos rojos, fresas, mango y zumo de naranja	

REFRESCOS

AGUA	1,75€
AGUA CON GAS VICHY	1,90€
COCA-COLA/ ZERO	2,00€
FANTA NARANJA/ LIMÓN	2,00€
CACAOLAT	2,20€
NESTEA	2,50€
SPRITE	2,50€
TÓNICA	2,50€

CERVEZAS

ESTRELLA	2,00€
ROSITA ARTESANA	3,50€
FREE DAMM sin alcohol	2,00€
ASAHI cerveza japonesa	2,95€

TÉS E INFUSIONES

MANZANILLA	2,50€
TÉ ROJO	2,50€
TÉ NEGRO	2,50€
MENTA	2,50€
TÉ NEGRO CON CANELA	2,80€
TÉ DE FRUTOS ROJOS	2,80€
TÉ ROOIBOS ROJO	2,80€
TÉ VERDE MATCHA	3,50€
TÉ VERDE GENMAICHA	2,80€
TÉ VERDE SENCHA	2,80€
TÉ BLANCO PAI MU TAN	2,80€
TÉ DE HIBISCUS	2,80€
*suplemento leche	0,20€



DRINKS

CAFÉ

	HOT	ICED
EXPRESO	1,20€	1,30€
CORTADO	1,40€	1,50€
LATTE XL	1,60€ 2,00€	1,90€ 2,30€
MOKA LATTE XL	2,50€ 3,00€	2,80€ 3,30€
CARAMEL LATTE XL	2,50€ 3,00€	2,80€ 3,30€
HAZELNUT LATTE XL	2,50€ 3,00€	2,80€ 3,30€
CAPUCCINO	2,20€	2,50€
AMERICANO	1,60€	1,90€
DOUBLE EXPRESSO	1,80€	1,90€

*Supplement plant based milk 0,20€

** Extra shot of coffee 0,50€

LATTES

	HOT	ICED
MATCHA LATTE	3,50€	3,80€
CHAI LATTE	3,50€	3,80€
PINK VITALITY LATTE Pu-erh red tea, beet, pink pitaya, inulina, steva and vanilla	3,95€	4,35€
BLUE IMMUNITY LATTE Oolong blue tea, blue spirulina, butterfly pea flower, inulina, stevia and vanilla	3,95€	4,35€
BLACK DETOX LATTE black tea, active charcoal, inulina, stevia, cinnamon and vanilla	3,95€	4,35€
GOLDEN MILK yellow tea, tumeric, pumpkin, chai spices, inulina and vanilla	3,95€	4,35€
CHOCOLATE CALIENTE Add whipped cream 0,50€ *Supplement plant based milk 0,20€	3,50€	

FRAPPÉS

* base de café o de vainilla

COFFEE FRAPPÉ	4,00€
MOKA FRAPPÉ	4,50€
CARAMEL FRAPPÉ	4,50€
MANGO FRAPPÉ	4,50€
STRAWBERRY FRAPPÉ	4,50€
MATCHA FRAPPÉ	4,90€

*Supplement plant based milk 0,20€

HOMEMADE DRINKS

TRADITIONAL LEMONADE	3,50€
PINK LEMONADE	3,95€
MATCHA LEMONADE	3,95€
LEMON ICE TEA	3,50€

JUICES & SMOOTHIES

FRESH ORANGE JUICE	3,90€
FRESH YOUNG COCONUT	5,95€
MATCHA GREEN kale, mango, banana, apple, limoncello, matcha, and plant based milk	5,95€
SUNSET ORANGE carrot, pineapple, papaya, goji berries, ginger, agave syrup and orange juice	5,50€
TROPICAL YELLOW banana, coconut, pineapple and plant based milk	5,50€
RASPBERRY RED frutos rojos, fresas, mango y zumo de naranja	5,95€

DRINKS

WATER	1,75€
SPARKLING WATER	1,90€
COCA-COLA/ ZERO	2,00€
ORANGE/LEMON FANTA	2,00€
CACAOLAT	2,20€
NESTEA	2,50€
SPRITE	2,50€
TÓNICA	2,50€

BEERS

ESTRELLA	2,00€
ROSITA CRAFT BEER	3,50€
FREE DAMM sin alcohol	2,00€
ASAHI Japanese beer	2,95€

TEAS

CHAMOMILE	2,50€
RED TEA	2,50€
BLACK TEA	2,50€
MINT TEA	2,50€
BLACK TEA WITH CINNAMON	2,80€
BERRIES TEA	2,80€
RED ROOIBOS TEA	3,50€
MATCHA GREEN TEA	2,80€
GENMAICHA GREEN TEA	2,80€
SENCHA GREEN TEA	2,80€
PAI MU TAN WHITE TEA	2,80€
HIBISCUS TEA	2,80€

*Supplement milk 0,20€