



ALIMENTATE DE MANERA SALUDABLE Y DELICIOSA

Horario de servicio:
Lunes a Viernes de 8:30 a 18:00 hrs.
Sábado de 09:00 a 13:00 hrs.
Bvld. El Guero Guerrero km. 7.5
(Frente a las oficinas de Tránsito del Estado)

Entrega a domicilio
Consumo mínimo de \$100.00
Pedidos al tel. 109 9043
Cada platillo lleva su tiempo de preparación y entrega,
por lo que les sugerimos hacer su pedido con anticipación.



ARMA TU ENSALADA

(Elige los ingredientes de tu ensalada)

CHICA (2 ingredientes) \$63

MEDIANA (3 ingredientes) \$69

GRANDE (5 ingredientes) \$75



Ingredientes
Pepino, jícama, zanahoria, betabel, brócoli, coliflor, champiñones, jitomate, elote, manzana, melón, naranja, piña.

Proteínas
Pollo a la plancha, pollo BBQ, atún, queso panela natural o asado.

Semillas
Cacahuete, almendra, nuez, semillas de girasol.

PREGUNTA POR
NUESTRO MENU
DEL DÍA



SIEMPRE
UNA OPCIÓN
SALUDABLE.

En
Balan-ce
Se saludable
PARA
LA COMIDA

13:30 A 17:30 HRS



ENSALADA DE QUESO DE CABRA (CON NUEZ)

ENSALADAS ESPECIALES

ENSALADA DE AGUACATE \$60

Lechuga, aguacate, jitomate, rábanos, cebolla morada, pepino, perejil y aderezo de limón

ENSALADA MEDITERRANEA \$60

Lechuga, pepino, jitomate, pimiento verde, cebolla morada, queso parmesano, orégano, aceite de oliva, vinagre de vino tinto, sal de mar y pimienta negra

ENSALADA DE MANZANA VERDE \$65

Espinaca, manzana verde, arándanos, queso de cabra, nuez, sal, pimienta y aderezo de mostaza con miel

ENSALADA DE QUESO DE CABRA EMPANIZADO CON NUEZ \$65

Lechuga y espinaca, betabel, zanahoria, manzana, queso de cabra empanizado, sal de mar, pimienta, aceite balsámico

ENSALADA MEXICANA \$75

Lechuga, jitomate, aguacate, elote, frijol negro, pollo a la paprika, y aderezo de cilantro

ENSALADA DE POLLO CON CURRY Y MANZANA ROJA \$80

Lechuga, zanahoria, manzana roja, queso panela, pollo al curry, semilla de girasol, y aceite de oliva

DE LA ESTACIÓN \$85

Espinaca, mango, durazno, queso de cabra, nuez, pollo a la plancha y aderezo de mango

FRUTOS ROJOS \$85

Lechuga, fresa, arándanos, zarzamora, queso de cabra, cacahuates, pollo a la plancha y aderezo de fresa

FRUTOS VERDES \$85

Lechuga, espinaca, uva verde, kiwi, queso parmesano, almendras, pollo a la plancha y aderezo de mostaza con miel

AL COCO \$90

Lechuga, arándanos, uva roja, queso parmesano, semilla de girasol, pollo al coco y aderezo de mostaza con miel

ENSALADA DE ARRACHERA \$95

Lechuga, jitomate, aguacate, elote, arrachera y aderezo de cilantro



ENSALADA MEDITERRANEA



ENSALADA DE FRUTOS ROJOS



PESCADO AL VAPOR



SALMÓN A LA NARANJA

SUSHI ROLL

Ingredientes
Pepino, apio, zanahoria, aguacate, surimi, queso crema, fresa, melón, piña, chipotle. (Ingrediente extra tiene costo adicional)
SE ACOMPAÑAN DE SALSA TAMARILLO Y SALSA DE SOJA

SENCHILLOS (3 ingredientes) \$45

EXÓTICOS (3 ingredientes y cubiertos de 1 o 2 ingredientes) \$50

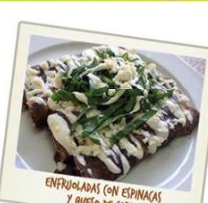
SENCHILLOS CON CAMARÓN O SALMÓN (+ 2 ingredientes) \$55

CUBIERTOS DE CAMARÓN O SALMÓN (con 3 ingredientes) \$65

MARINO ARCOÍRIS (3 ingredientes y cubierto de aguacate, queso crema, salmón y camarón) \$70



SUSHI MARINO ARCOÍRIS



ENFRIJOLADAS CON ESPINACAS Y QUESO DE CABRA

PLATOS FUERTES

INCLUYEN 2 GUARNICIONES

Chile pobiano relleno de queso panela bañado en crema de jitomate \$70

Chile mulato relleno de frijoles y queso oaxaca, bañados en crema \$70

Enfrijoladas con espinacas y queso de cabra \$70

Pollo a la BBQ \$70

Pollo al coco \$75

Pollo con almendras \$75

Pescado al vapor \$110

Pescado a las finas hierbas \$110

Pescado al parmesano y limón \$120

Salmón a la naranja \$135

Salmón con miel y soya \$135

Salmón al whisky \$140

PARA TOMAR

AGUA DEL DÍA \$12

LIMONADA ESPECIAL (Pepino, limón, hierbabuena y jengibre) \$15

TÉ VERDE (Clorofila, jazmín, jamaica o verde) \$18

* Enchufados con estevia natural



LIMONADA ESPECIAL LA OPCIÓN REFRESCANTE

En Balance Se saludable PARA EL DESAYUNO

8:30 A 11:30 HRS.

LOS BUENOS



(COMIENZA TU DÍA SALUDABLEMENTE)

- PLATO DE FRUTA.....\$15
(Papaya, melón, sandía, manzana, plátano, fresa)
- Con granola y miel.....\$18
- Con yogurth natural, granola y miel.....\$20
- Con queso cottage, granola y miel.....\$22
- Copa de yogurth natural (frutos rojos, granola y miel).....\$20

TAZÓN DE LECHEDA O YOGURTH NATURAL CON:

- Leche, avena, almendras, chía, linaza, miel de abeja
- Leche, avena, plátano, chocolate, almendras, miel de abeja
- Leche, avena, fresa, arándanos, canela, miel de abeja
- Yogurth natural, manzana, nuez, miel de abeja
- Yogurth natural, avena, fresa, almendras y miel de abeja



FRESA, ARÁNDANOS, CANELA Y MIEL DE ABEJA

REBANADA DE PAN ARTESANAL TOSTADO (INTEGRAL CON FRUTAS HEDRIZAS)

- Queso crema y frutos rojos.....\$18
- Crema de cacahuete, fresa y linaza.....\$18
- Crema de cacahuete, plátano y chía.....\$18
- Queso panela asado, mango y limón.....\$20
- Queso cottage, pera y jugo de limón.....\$22
- Queso de cabra, manzana y miel.....\$22
- Queso de cabra, manzana, oliva y balsámico.....\$22
- Queso de cabra, melón y nueces.....\$22
- Frijoles, jitomate y huevo estrellado.....\$22
- Queso panela, aguacate, fresa y aceite de oliva.....\$22
- Queso crema, salmón y pepino.....\$25



OPCIONES DELICIOSAS Y SALUDABLES

HOT CAKES O CREPAS DE AVENA

- Nutella.....\$35
- Crema de cacahuete.....\$35
- Mermelada de fresa.....\$35
- Frutos rojos.....\$40



CREPA DE FRUTOS ROJOS

(CUIDA TU SALUD Y SATISFACE TU ANTOJO)

SÁNDWICH DE PAN ARTESANAL (INTEGRAL CON FRUTAS HEDRIZAS)

- Vegetariano manzana y pepino.....\$30
- Vegetariano queso panela y espinaca.....\$35
- Jamón de pavo.....\$35
- Pollo a la plancha.....\$40
- Tres quesos.....\$45
- Salmón.....\$50

INCLUYEN: LECHEGA O ESPINACA, Jitomate, AGUACATE, JALAPEÑOS, MAYONESA, MOSTAZA.

CLUB SÁNDWICH DE PAN ARTESANAL (INTEGRAL CON FRUTAS HEDRIZAS)

- Vegetariano manzana y pepino.....\$40
- Vegetariano queso panela y espinaca.....\$45
- Jamón de pavo.....\$45
- Pollo a la plancha.....\$50
- Tres quesos.....\$55



PROTEÍNA EN EQUILIBRIO

INCLUYEN: LECHEGA O ESPINACA, Jitomate, AGUACATE, JALAPEÑOS, MAYONESA, MOSTAZA

BAGUETTES DE PAN ARTESANAL INTEGRAL

- Vegetariano manzana y pepino.....\$40
- Vegetariano queso panela y espinacas.....\$40
- Jamón de pavo.....\$40
- Pollo a la plancha.....\$45
- Tres quesos.....\$50

INCLUYEN: ADECCO PESTO, LECHEGA, MAYONESA, MOSTAZA, JALAPEÑOS



DELICIOSO Y SALUDABLE

HAMBURGUESAS DE PAN ARTESANAL INTEGRAL

- Pollo a la plancha.....\$55
- Tres quesos (mozzarella, gouda, chihuahua).....\$60
- Portobello, queso de cabra.....\$60
- Salmón.....\$65

INCLUYEN: LECHEGA, MAYONESA, MOSTAZA, QUITIP, JALAPEÑOS SE ACOMPAÑAN DE EMULADORA O PAPAS DE CAMOTE A LA FRANCESA

BAGUETTES Y HAMBURGUESAS Sin Gluten

+ \$50 pesos



DISFRUTA DE UN ANTOJO SALUDABLE

CREPAS SALADAS

- Champiñones
- Espinacas
- *Queso crema o requesón



CREPAS SALADAS



CLARAS DE HUEVO CON QUESO PANELA

CLARAS DE HUEVO CON QUESO PANELA

OMELETTE CON 2 INGREDIENTES A TU ELECCIÓN + FRIJOLES

- Queso panela, queso oaxaca, jamón, jitomate, cebolla, espinaca, champiñones, elote, pimiento morrón.



OMELETTE DE JAMÓN Y PIMENTÓN MORRÓN



QUESADILLAS O SINCRONIZADAS DE MAÍZ + FRIJOLES

- Jamón de pavo
- Champiñones
- Huitlacoche (en temporada)
- *Queso panela o queso oaxaca

QUESO FUNDIDO

- Champiñones.....\$45
- Huitlacoche (en temporada).....\$50



QUESO FUNDIDO CON CHAMPIÑONES

HUEVO REVUELTO CON MIGAS DE TORTILLA CHAMPIÑONES Y ESPINACAS + FRIJOLES

- Huevo revuelto con migas de tortilla, champiñones y espinacas + frijoles.....\$50



LA COMBINACIÓN PERFECTA

CHILAQUILES CON FRIJOLES Y HUEVO AL GUSTO

- Chilaquiles con frijoles y huevo al gusto.....\$50

CHILAQUILES CON POLLO, FRIJOLES Y HUEVO AL GUSTO

- Chilaquiles con pollo, frijoles y huevo al gusto.....\$55



CHILAQUILES CON POLLO, FRIJOLES Y HUEVO AL GUSTO

REGALA A TU DESAYUNO

JUGO Y FRUTA + \$20 pesos

SMOOTHIE Y FRUTA + \$30 pesos

PARA TOMAR

SHOT DE UNA FRUTA Y JENGIBRE

- Manzana, piña, naranja o uva roja.....\$12
- Pera.....\$15

ARMA TU JUGO VERDE



SIEMPRE FRESCOS Y SALUDABLES

¿QUIERES QUEMAR GRASAS? TOMALO SIN FRUTA

PREGUNTA POR NUESTROS JUGOS ESPECIALES

*Se recomienda en ayunas para que el organismo absorba todos los nutrientes, vitaminas y minerales. para ayudarlo a depurarse y desintoxicarse.

- 1 BASE: Espinaca, acelga, lechuga
- 2 VEGETALES: Apio, pepino, zanahoria, betabel, pimiento, jitomate, chayote, calabaza, brócoli, rábano, tomate verde
- 1 FRUTA: Manzana, pera, piña, naranja
- 1 SABOR: Limón o jengibre

OPCIONAL: Perejil, cilantro o albahaca

SMOOTHIES

• CON UNA FRUTA

Plátano, papaya, manzana, mango, fresa, zarzamora o coco

*Con avena, chía, linaza, miel de abeja o azúcar mascabado

• COCO Y FRUTOS ROJOS

Coco, frutos rojos y miel

• VERDE

Manzana, melón o plátano

*Espinaca, avena, almendras, Miel de abeja o azúcar mascabado

• DE NOPAL

Nopal, piña, apio, toronja, perejil, miel de abeja

• DE AGUACATE Y FRESA

Aguacate, fresas, leche de coco, miel de abeja, chía

• FORTALECEDOR

Aguacate, espinacas, piña, pepino, agua de coco

CHOCOLATE EN AGUA

CHOCOLATE EN LECHE NATURAL.....\$12

JUGO V8 (NATURAL).....\$15

.....\$20



TENEMOS LECHE NATURAL (COCO, AVENA, ARROZ, ALMENDRAS, SEMILLA DE GIRASOL) SOBRE PEDIDO



OFRECEMOS SERVICIO DE COFFEE BREAK Y BANQUETES PARA (GRUPOS, REUNIONES, TALLERES, EVENTOS SOCIALES)

