



sala verde®

*Comida real, ingredientes frescos
y hecha para disfrutar.*

*9:00am - 4:30pm
Domingo cerrado*





MENÚ

ENTRADAS



DESAYUNOS



SANDWICH



BOWLS



**FRESCOS &
ENSALADAS**



BEBIDAS



ENTRADAS



BEBIDAS

FRESCOS

SANDWICH

BOWLS

DESAYUNOS

ENTRADAS



Papas de Camote

Camote al horno con hummus suave, aceite de oliva y cilantro fresco.

\$150.00

 20 min.



Hummus

de garbanzo con aceite de ajonjolí y pan de masa madre.

\$150.00

INICIO





Sopa de Tomate

acompañada con un sándwich de queso fundido.

\$170.00



Crema de Champiñones

con costra de parmesano acompañada de pan tostado y ajo confitado.

\$170.00

INICIO





DESAYUNOS

*Comienza tu día
con energía y sabor*



BEBIDAS

FRESCOS

SANDWICH

BOWLS

DESAYUNOS

ENTRADAS



Protein Yogurt

griego, fruta de temporada, almendras, amaranto, chía, semillas de calabaza, crema de cacahuete o almendras.

\$170.00



Avena overnight

fresa, blueberry, plátano, chispas de chocolate, mix de semillas, almendras, arándanos, crema de cacahuete o avellana.

\$165.00

INICIO





Pancakes de Camote

*betún de yogurt,
crema de
cacahuete,
blueberry,
arándanos y
almendras.*

\$185.00



Pancakes de Blueberry

*Plátano, fresa,
blueberry, crema
de almendras y
avellana.*

\$180.00

INICIO





Waffles de Cocoa

plátano, blueberries, almendras, chispas de chocolate y crema de cacahuete con tiras de tocino.

\$190.00



Sweet Energy Toast

Pan hogaza con dátil, crema de cacahuete y plátano con miel, acompañado de tocino, cacao nibs, canela y sal de mar.

\$160.00

INICIO





Omelette Sala Verde

relleno de chilaquiles en salsa roja/verde, queso mozzarella. (guarnición: ensalada/frijoles).

\$180.00



Omelette Champiñones

bañado en crema de champiñones, mezcla de quesos, tocino, cebollín y espinaca (guarnición: ensalada/frijoles).

\$180.00

INICIO





Chilaquiles rojos/verdes

*queso feta, crema , cebolla morada
curtida, cilantro, huevo y
frijoles.(guarnición: ensalada/frijoles).*

\$175.00

INICIO



ENTRADAS

DESAYUNOS

BOWLS

SANDWICH

FRESCOS

BEBIDAS



SANDWICHES

*Rápidos, prácticos y deliciosos
para cualquier momento.*





Eggs & Bacon

pan hogaza, huevo al gusto, tocino, pechuga de pavo, mix de quesos, mostaza y aguacate.

\$175.00



Buevito

pan multigrano, ensalada de huevo cocido con apio, cebolla morada, mostaza dijon, queso havarti, chile morita y espinaca.

\$175.00

INICIO





Chipotle Tuna

pan hogaza, lechuga, atún, mayonesa de chipotle, apio cebolla morada y queso havarti.

\$175.00



Chicken Chicken

Pan multigrano, pechuga de pollo, queso mozzarella, hummus, pimientos, tomate cherry al balsámico, espinaca, aderezo de la casa, mostaza dijon.

\$190.00



INICIO





BOWLS

*Nutritivos, balanceados y listos
en minutos para tu día.*



BEBIDAS

FRESCOS

SANDWICH

BOWLS

DESAYUNOS

ENTRADAS



Teriyaki Bowl

*opción de proteína:
pollo/arrachera
(+\$30.00 pesos)
arroz, espárragos,
zanahoria, brócoli,
aguacate, ajonjolí.*

\$240.00



Oriental Bowl

*pechuga de pollo,
zanahoria, calabaza,
ejote, aguacate y
edamame,
cacahuete, ajo,
chicharrón de
jalapeño y ajonjolí.*

\$240.00

INICIO





Tuna Bowl

atún sellado, arroz, mix de lechuga, vegetales salteados, edamame, aguacate, jengibre y ponzu.

\$280.00



Salmon Bowl

Salmón, arroz, mix de lechuga, vegetales salteados, edamame, aguacate, jengibre y ponzu.

\$310.00

INICIO





Veggie Bowl

arroz, camote asado, lenteja, garbanzo, espárragos, cebolla, elote, tomate deshidratado, calabaza salteada, aguacate y queso feta.

\$250.00



Low Carb

mix de lechuga, carne molida magra, elote, pimientos, tomate cherry, ejote y queso feta.

\$240.00

INICIO



ENTRADAS

DESAYUNOS

BOWLS

SANDWICH

FRESCOS

BEBIDAS



PLATILLOS FRESCOS

*Ingredientes frescos, combinaciones
ligeras y llenas de sabor.*





Ensalada Mediterranea

*pechuga de pollo,
mix de lechuga,
Pepino, tomate
cherry, pimientos
salteados, lentejas,
queso parmesano,
aguacate y
reducción de
balsámico.*

\$230.00



Ensalada Honey Crunch

*pechuga de pollo,
mix de lechuga,
espinaca, huevo
cocido, pepino
persa, tomate cherry,
crunch, aderezo
miel-mostaza y
queso feta.*

\$240.00

INICIO





Ceviche de Atún

Con aceite de ajonjolí, ponzu, pepino persa, cebolla morada y aguacate. Acompañado de totopos de alga marina.

\$260.00



Ceviche de Lenteja

pepino persa, zanahoria, pimienta, apio, cebolla morada, cilantro, jalapeño y ponzu. Acompañado de totopos de alga marina.

\$230.00

INICIO



PROTEIN SHAKE



*Todos los shakes incluyen 1 scoop de proteína y un adaptógeno o suplemento.

BEBIDAS

FRESCOS

SANDWICH

BOWLS

DESAYUNOS

ENTRADAS



Coffee Shake

*proteína de chocolate y
café.*



Adaptogeno:
melena de león



Beneficios:
*mejora el rendimiento
cognitivo y neuro
regenerativo.*

\$155.00



Berry Peanut

*proteína de vainilla, frutos
rojos, crema de cacahuete,
plátano, arándanos.*



Adaptogeno:
melena de león



Beneficios:
*mejora el rendimiento
cognitivo y neuro
regenerativo.*

\$155.00



Blueberry Power

*proteína de vainilla, blueberries,
leche de avena, linaza, crema
de almendras, dátil.*



Suplemento:
creatina



Beneficios:
*aumento de fuerza,
desarrollo muscular,
recuperación más rápida*

\$155.00



Choco Banana

**proteína de chocolate,
plátano, yogurt griego,
cocoa, crema de avellanas.**



Adaptogeno:
ashwagandha



Beneficios:
reducción de ansiedad,
calidad del sueño,
aumento de vitalidad.

\$155.00



Sunset

**proteína de vainilla , mango,
leche de coco, coco rallado.**



Suplemento:
colágeno



Beneficios:
estructura, elasticidad y
firmeza en la piel

\$155.00



Greens

**proteína de vainilla, blueberries,
leche de avena, linaza, crema
de almendras, dátil.**



Suplemento:
creatina



Beneficios:
aumento de fuerza,
desarrollo muscular,
recuperación más rápida

\$155.00

INICIO 

REFRESHER



***Todos los Refreshers contienen electrolitos y son ideales para hidratarte.**

BEBIDAS

FRESCOS

SANDWICH

BOWLS

DESAYUNOS

ENTRADAS



After Padel

**agua de coco, limón
amarillo, electrolitos y
menta**



Beneficios:

Ayudan a mantener una hidratación óptima, equilibrar los niveles de minerales y apoyar el buen funcionamiento muscular y nervioso.

\$85.00



Fresita Crossfitera

**agua de coco, fresa,
menta, miel y electrolitos.**



Beneficios:

Ayudan a mantener una hidratación óptima, equilibrar los niveles de minerales y apoyar el buen funcionamiento muscular y nervioso.

\$85.00



Levanta Runners

**agua gasificada, pepino,
limón, menta, miel y
electrolitos.**



Beneficios:

Ayudan a mantener una hidratación óptima, equilibrar los niveles de minerales y apoyar el buen funcionamiento muscular y nervioso.

\$85.00



Electric Baby

agua gasificada, limón amarillo, jengibre, electrolitos y miel



Beneficios:

Ayudan a mantener una hidratación óptima, equilibrar los niveles de minerales y apoyar el buen funcionamiento muscular y nervioso.

\$85.00



Suerito

agua gasificada, limón amarillo y sal de mar.



Beneficios:

Ayudan a mantener una hidratación óptima, equilibrar los niveles de minerales y apoyar el buen funcionamiento muscular y nervioso.

\$60.00



Coco Lime

agua de coco, limón amarillo y sal de mar.



Beneficios:

Ayudan a mantener una hidratación óptima, equilibrar los niveles de minerales y apoyar el buen funcionamiento muscular y nervioso.

\$65.00

JUGOS



*Jugos recién hechos, preparados al momento para garantizar la mejor calidad y frescura.

BEBIDAS

FRESCOS

SANDWICH

BOWLS

DESAYUNOS

ENTRADAS



Citrus Berry

Dulce fresa y cítrica naranja recién exprimida.



Beneficios:

Rica en vitamina C y antioxidantes. Ayuda a refrescar, hidratar y apoyar las defensas.

\$80.00



Sala Verde

manzana verde, espinaca, pepino, apio, piña, miel.



Beneficios:

Hidratante, antioxidante y digestivo. Ayuda a revitalizar el cuerpo de forma natural.

\$80.00



Rojo Power

fresa, betabel y naranja. Refrescante, intensa y llena de color.



Beneficios:

Rica en antioxidantes y vitamina C. Ayuda a fortalecer las defensas, favorecer la circulación y aportar energía natural.

\$80.00



Naranjita Classic

jugo de naranja recién exprimido



Beneficios:

Alto en vitamina C.
Fortalece las defensas y aporta energía natural.

\$80.00



Vitamina C

naranja , zanahoria y jengibre



Beneficios:

Rico en vitamina C, betacarotenos y compuestos antioxidantes. Ayuda a fortalecer las defensas, favorecer la salud visual y brindar energía natural.

\$80.00



Shot inmunológico

Limón amarillo, jengibre, manzana verde, miel y pimienta.



Beneficios:

Fortalece las defensas, aporta antioxidantes y ayuda a revitalizar el cuerpo de forma natural.

\$80.00

ESPECIALES SV[®]



Bebidas exclusivas con sabores únicos y un toque especial de Sala Verde.

BEBIDAS

FRESCOS

SANDWICH

BOWLS

DESAYUNOS

ENTRADAS



Limonada Lavanda

agua mineral, limón amarillo, romero, infusión de lavanda

\$80.00



Limonda de Berries

limón amarillo, miel, agua mineral y frutos rojos

\$80.00



Lemon Thai Té

limón amarillo, miel, agua mineral, thai té, rodaja de limón y menta

\$80.00



Jamaica & Fresa

Concentrado natural de fresa y jamaica con opcion de agua mineral o natural

\$50.00



Café Americano

Filtrado del día

\$60.00



Calm mind Cocoa

chocolate caliente a base de cacao, con ashwagandha y miel

\$70.00



Agua mineral

Topo chico

\$40.00



Agua mineral

Perrier

\$55.00

sala verde

— barra saludable —

Síguenos en nuestras R.S. y sé el primero en saber de nuestras promociones, platillos y bebidas de temporada.



@salaverde.saludable



(646) 107 22 79



encuéntranos dentro de **Plaza Fénix**, sobre calle Espinoza no. 451, entre 4ta y 5ta, justo a un lado de los conocidos **Tacos Fénix**.

