

VOCA BOWLS

M 11€
L 13€



Bowl Lima

Quinoa, salmón marinado, aguacate, cebolla roja, maíz, mango. Aceite especiado con tomate y albahaca.



Bowl Tijuana

Arroz, pollo, frijoles, maíz, tomate, cebolla roja, chips de plátano, guacamole, lima. Salsa de mostaza y miel.



Bowl Atenas

Arroz, pollo, queso feta, pepino, tomate, cebolla, aceitunas, garbanzos. Salsa de yogur.

ENSALADAS

M 10€
L 12€



Ensalada Tintoreras

Lechuga iceberg, pepino, tomate, cebolla, aceitunas, bolas de mozzarella, cacahuètes. Aceite especiado con tomate y albahaca.



Ensalada César

Lechuga iceberg, aguacate, pollo, bolas de mozzarella, chips de plátano. Salsa de yogur.



Ensalada Bali

Espinacas, tofu marinado, aguacate, cebolla roja, piña, anacardos, chips de plátano, coco rallado. Salsa de mostaza y miel.

POKE BOWLS

M 11€
L 13€



Poke Clásico

Arroz de sushi, salmón marinado, aguacate, mango, edamames, brotes, semillas de sésamo. Salsa cremosa de soja.



Poke Vegetariano

Arroz de sushi, tofu marinado, setas, edamames, cebolla roja, brotes, mango. Salsa de yogur.



Poke Tropical

Quinoa, salmón marinado, piña, aguacate, anacardos, maíz, semillas de sésamo. Salsa de cacahuete picante.

BURRITOS

9€



Burrito Guerrero

Tortilla de trigo, guacamole, lechuga, pollo, frijoles, piña, maíz, cebolla roja, chips de plátano, pico de gallo. Salsa de yogur.



Burrito Monterrey

Tortilla de trigo, queso crema, queso mozzarella, arroz, pollo, frijoles, pepino, tomate. Salsa de mostaza y miel.



Burrito Bombay

Tortilla de trigo, queso crema, arroz, lechuga, setas con curry, pepino, coco rallado, cacahuètes, mango. Salsa de cacahuete picante.

HEALTHY SUSHI

12€



Maki n°1

Arroz de sushi, alga nori, salmón, aguacate, semillas de sésamo



Maki n°2

Arroz de sushi, alga nori, aguacate, mango



Maki n°3

Arroz de sushi, alga nori, mango, pepino, queso crema

COMBOS

Grande +2€
15€



Escoge cualquier plato
+ Bebida
+ Postre.

13€



Escoge un burrito
+ Bowl de guacamole casero
con chips + Bebida.

SMOOTHIES

5€

Hechos con
fruta fresca



Maxi Energía
Piña, plátano, espinacas, dátiles, leche de avena



Tropical
Mango, piña, lima, agua de coco



Smoothie de fresa
Plátano, fresa, miel, leche entera



Batido de Proteínas
Plátano, mantequilla de cacahuete, cacao, semillas, miel, proteína, leche entera



Anti Resaca
Açaí, fresas, plátano, frutos rojos, agua de coco



Kalúa
Espresso, plátano, mantequilla de cacahuete, dátiles, cacao, miel, leche de avena

TOSTAS

4€

Guacamole Cherry

Pan de masa madre, aguacate, tomate, cebolla, limón, cilantro, AOVE, tomates cherry



Queso Crema Natural

Pan de masa madre, queso crema natural, semillas de chía, sirope de agave



Tosta Deportistas

Pan de masa madre, mantequilla de cacahuete, plátano, semillas de chía, miel



SNACKS

6€

Bowl de Hummus con chips

Garbanzos, tahini, ajo, limón, especias, AOVE, semillas de sésamo, chips



Bowl de Guacamole casero con chips

Aguacate, tomate, cebolla, lima, cilantro, limón, AOVE, chips



Bolitas Proteicas

Avena, mantequilla de cacahuete, proteína, miel, semillas de chía, canela. Ideal pre o post entrenamiento



BEBIDAS

2€



café de especialidad
Matices de arándanos, caramelo y chocolate



2€



3€

DULCES

5€



Clásico
Yogur griego, granola crujiente, mango, semillas de chía, coco rallado, miel

5€



Buenos Días
Yogur griego, granola crujiente, plátano, mantequilla de cacahuete, sirope de agave

6€



Açaí Bowl
Açaí 100%, granola crujiente, plátano, mango, coco rallado, sirope de agave

PLANES SEMANALES



ELIGE TU TIPO DE PLAN



PLAN POWER

Ganar masa muscular



PLAN ENERGY

Aumentar energía y vitalidad



PLAN KETO

Pérdida de peso



PLAN ZEN

Reducir estrés y ansiedad



PLAN MOM

Embarazadas y post parto



PLAN KIDS

Niños fuertes y sanos



ELIGE LA CANTIDAD

M (750ml)

L (1000ml)

"CUENTA
MACROS"

ELIGE EL NÚMERO DE PLATOS

5

De Lunes
a Viernes

7

Todos
los días

10

Comidas
y cenas

5 Platos M

39€/semana

7'8€ cada uno

Platos extra +7€

5 Platos L

48€/semana

9'6€ cada uno

Platos extra +9€