

MAGARA

REAL FOOD

Menú de Desayunos

Comida natural - Gluten free - Paleo - Vegan

Huevos Revueltos

Tres piezas de huevo orgánico revueltos con el ingrediente a elegir

A LA MEXICANA	\$90
CON EJOTES O ESPINACA	\$90
CON CHORIZO VEGANO	\$95
CON CHORIZO DE CERDO	\$95
CON LOMITO DE CERDO	\$95
CON PAVO	\$97
MACHACA DE RES	\$97
TOCINO	\$97
PIMIENTOCINO	\$99

Con pimientos y tocino

Omelettes

Con queso manchego orgánico o con queso vegano (libre de lactosa)

DE CALABAZA	\$105
POPEYE	\$110
Con espinaca, pavo, cebollín y chile serrano	
DE CHAMPIÑÓN Y LOMITO	\$110
DE MACHACA DE CAMARÓN	\$120

Los Favoritos

MONTADITOS	\$110
2 huevos estrellados sobre 2 tortillas de nixtamal y rebanadas de lomo, salsa y aguacate	
DESAYUNO DEL CESAR	\$110
3 huevos estrellados con salsa ranchera revuelta con tocino	
YOVAN	\$90
Torta de huevo con espinacas, cebollín y chile serrano	
MACHACA SINALOENSE	\$110
De res preparada con tomate, cebolla y chile	
CON TODOS LOS PODERES	
Dos piezas de huevo revuelto con ingrediente a elegir, un waffle y guarnición.	
CON VERDURA	\$110
Mexicana, calabaza, ejote o espinaca	
PROTEÍNA	\$125
Lomito, chorizo, tocino, pavo o machaca de res	

Lo dulce

FRUTA DE TEMPORADA	\$65
ACAI BOWL	\$95
PALEO PANCAKES	\$110
3 pancakes preparados con harina de almendra	
BANANA PANCAKES	\$110
3 pancakes preparados con harina de almendra y plátano	
WAFFLES	
CON FRUTA	\$105
CON HUEVO Y TOCINO	\$127
PAN TOSTADO (2 REB)	\$55
Acompañado con mantequilla y mermelada de fresa orgánica	
DE ALMENDRA Sabor dulce	
DE NUEZ DE LA INDIA Sabor salado	
EXTRA MIEL DE MAPLE	\$15

Paleo sándwich

Preparado con pan sin gluten hecho en casa y acompañado de chips de camote

VEGGIE	\$125
Guacamole, lechuga, champiñón y tomate	
CHICKEN	\$135
Guacamole, lechuga, pollo y tomate	
LOMITO	\$135
Guacamole, lechuga, lomo ahumado y tomate	
PAVO	\$140
Guacamole, lechuga, pavo y tomate	
TRIPLE PROTEÍNA	\$155
Guacamole, lomito, tocino y huevo revuelto o estrellado	



Ensaladas

COBB	\$119
Mix de lechugas, pollo (150 gr), tomate, tocino, aguacate, pepino, y vinagreta de albahaca	
Opcional: Sustituye tocino por huevo cocido.	
CILANTRO CON POLLO	\$119
Mix de lechugas, pollo (150gr), pepino, zanahoria y aderezo de cilantro	
SWEET TUNA SALAD	\$149
Mix de lechugas, medallón de atún sellado (200gr), queso de cabra con nuez, pepino y vinagreta de arándanos	
MEXICANA	\$119
Mix de lechugas, arrachera (150gr), aguacate, pico de gallo y vinagreta de albahaca	
OMEGA	\$149
Mix de lechugas, salmón (100gr), huevo cocido, tomate cherry y aguacate	

Combo Mañanero

Disponible solo ordenándolo antes de las 9 am. Solo en comedor.

CUALQUIER COMBINACION \$99

Desayuno a elegir:

- HUEVOS A LA MEXICANA
- HUEVOS RANCHEROS
- HUEVOS AL ALBAÑIL

Complemento a elegir:

- JUGO VERDE O DE NARANJA CHICO
- FRUTA DE TEMPORADA

Bebida a elegir

- UNA TAZA DE CAFÉ AMERICANO
- UNA TAZA DE TÉ VERDE

Desayunos para niños

Acompañados con fruta

WAFFLE Y HUEVITO REVUELTO	\$90
HUEVITOS AL GUSTO	\$67
Jamón o chorizo	

MAGARA

REAL FOOD

Comida y Cena

Comida natural - Gluten free - Paleo - Vegan

Entradas

- TOSTADA DE CEVICHE DE ATÚN** \$73
Tostada horneada de maíz con guacamole y ceviche de atún fresco
- CHIPS DE CAMOTE Y GUACAMOLE** \$66

Platillos

PALEO BURGER

Nuestra hamburguesa en versión saludable. Portobello en lugar de pan y cátsup orgánica

- 1/3 LB DE CARNE** \$129
- 1/2 LB DE CARNE** \$145

Agrega salsa BBQ hecha en casa y champiñón y cebolla caramelizada por \$20

- CALABAZA PASTA** \$105
Puede elegir entre cualquiera de estas opciones:

- Salsa de tomate y pollo
- A la bolognese
- Con pesto y pollo

Acompañada con queso parmesano

- FAJITAS** \$115
Puede elegir entre cualquiera de estas opciones:

- Pechuga de pollo (150 gr)
- Arrachera de res (150 gr)
- Rib Eye de cerdo (200 gr)

- A LA PLANCHA** \$125
- PESCADO** (200 gr)
- ATÚN SELLADO** (200 gr)

¡Gluten free pizza!

Personalízala a tu gusto: \$110

SELECCIONA UNA BASE + UN TIPO DE QUESO + 2 VEGETALES + 1 PROTEÍNA

ELIGE UNA BASE:

Salsa de tomate ó Pesto de cilantro

ELIGE UN TIPO DE QUESO:

Manchego orgánico o mozzarella vegan

ELIGE 2 VEGETALES:

Tomate, champiñones, cebolla, pimientos, aceitunas negras y espinaca

ELIGE UNA PROTEÍNA:

Lomito de cerdo, tocino, chilorio ó salami

Ensaladas

- COBB** \$119
Mix de lechugas, pollo (150 gr), tomate, tocino, aguacate, pepino, y vinagreta de albahaca
Opcional: Sustituye tocino por huevo cocido.

- CILANTRO CON POLLO** \$119
Mix de lechugas, pollo (150gr), pepino, zanahoria y aderezo de cilantro

- SWEET TUNA SALAD** \$149
Mix de lechugas, medallón de atún sellado (200gr), queso de cabra con nuez, pepino y vinagreta de arándanos

- MEXICANA** \$119
Mix de lechugas, arrachera (150gr), aguacate, pico de gallo y vinagreta de albahaca

- OMEGA** \$149
Mix de lechugas, salmón (100gr), huevo cocido, tomate cherry y aguacate

Paleo sándwich

Preparado con pan sin gluten hecho en casa y acompañado de chips de camote

- VEGGIE** \$125
Guacamole, lechuga, champiñón y tomate

- CHICKEN** \$135
Guacamole, lechuga, pollo y tomate

- LOMITO** \$135
Guacamole, lechuga, lomo ahumado y tomate

- PAVO** \$140
Guacamole, lechuga, pavo y tomate

- TRIPLE PROTEÍNA** \$155
Guacamole, lomito, tocino y huevo revuelto o estrellado

Lo dulce

- FRUTA DE TEMPORADA** \$65
- ACAI BOWL** \$95

- PALEO PANCAKES** \$110
3 pancakes preparados con harina de almendra

- BANANA PANCAKES** \$110
3 pancakes preparados con harina de almendra y platano

- WAFFLES CON FRUTA** \$105

- PAN TOSTADO (2 REB)** \$55
Acompañado con mantequilla y mermelada de fresa orgánica

DE ALMENDRA Sabor dulce
DE NUEZ DE LA INDIA Sabor salado

- EXTRA MIEL DE MAPLE** \$15

Nuestras Vinagretas

Utilizamos los mejores ingredientes para preparar nuestras vinagretas, como aceite de oliva prensado en frío, aceite de coco, especias y sazónadores orgánicos.

Todas están disponibles para llevar a casa en presentación de 250 ml.

Haciendo conciencia

En Magara buscamos facilitar tu camino y el de tu familia hacia un estilo de vida más saludable, preparando platillos nutritivos, frescos y naturales, para que consientas tu cuerpo como mereces.



TODOS NUESTROS PLATILLOS INCLUYEN IVA

MAGARA

REAL FOOD

HEALTHY SHOT (2 oz) \$25
Jengibre, manzana verde, pimienta cayena y cúrcuma

Jugos

PREPARADOS AL MOMENTO \$47

BETARICO

Betabel, zanahoria, apio y cúrcuma

GOOD MORNIG

Zanahoria, naranja y betabel

ENERGY

Nopal, apio, naranja y zanahoria

DR. VERDE

Pepino, espinacas, apio, manzana verde, jengibre y limón

SLIM & GREEN

Espinaca, pepino, apio, piña

DETOX

Espinaca, pepino, apio, brócoli, chayote y limón

Protein Shakes

Elige proteína whey ó vegetal

SO BERRY SLIM \$75

Proteína de vainilla, berries, espinaca y plátano

BANANA BLISS \$75

Proteína de vainilla, leche de coco, plátano, canela y extracto de Stevia

CHOCO DREAM \$75

Proteína de chocolate, leche de coco, plátano, vainilla, cacao y canela

COCOMANÍA \$75

Proteína de vainilla, coco, leche de coco, especias y extracto de vainilla

SUPER GREEN \$75

Proteína de vainilla, espinaca, piña, jugo de apio y pepino

Barra de Bebidas

Comida natural - Gluten free - Paleo - Vegan

SuperFood Smoothies

BERRYLICIOUS \$65

Moras, zarzamoras, fresas, plátano, y nuez

DAILY LEAN & GREEN \$65

Leche de coco, espinaca, kale, piña, naranja, espirulina y moringa

BERRY DELISH \$65

Leche de coco, fresas, goji berries, plátano y vainilla

BANANA MACA \$65

Leche de coco, piña, plátano, maca y crema de almendra

Aguas frescas

AL NATURAL. SIN ENDULZAR

JAMAICA CON JENGIBRE \$25

PIÑADA \$43

Agua de coco, piña y naranja

ENDULZADAS CON EXTRACTO DE STEVIA

LIMONADA \$27

LIMONADA MINERAL \$35

LIMONADA MAGARA \$37

Pepino, hierba buena y limón

NARANJADA \$27

PALEO HORCHATA \$43

FRESA LIMÓN \$37

TÉ VERDE FRÍO \$29

Otras bebidas

AGUA NATURAL EMBOTELLADA \$15

AGUA MINERAL \$25

AGUA DE COCO \$25

Bebidas Kids

CHOCOMILK \$35

Leche de coco, cacao, plátano y azúcar de coco

JUGO DE NARANJA \$25

LIMONADA \$18

Café y trappes

CAFÉ ORGÁNICO DE CHIAPAS TAZA \$25 (1 REFILL)
PRENSA FRANCESA \$65

ESPRESSO \$25

COCONUT LATTE \$47

Leche de coco, espresso y extracto de Stevia

HEALTHY CHOCOMILK \$50

Leche de coco, plátano, cacao, azúcar de coco

LICUADO DE VAINILLA \$50

Leche de coco, plátano, vainilla y canela

BUTTER COFFEE \$39

Café orgánico, aceite de coco y mantequilla

CAFÉ DE LA OLLA \$33

Café orgánico, canela, azúcar de coco

FRAPUCCINO FIT \$65

Leche de coco, proteína de vainilla, café, vainilla y canela

CHOCOLATE CALIENTE \$45

Leche de coco, cacao, azúcar de coco, canela y pimienta cayena

CHAI LATTE \$45

Leche de coco, proteína, canela, cardamomo, jengibre, vainilla y Stevia

CHAI FRAPPE \$65

Leche de coco, proteína, canela, cardamomo, jengibre, vainilla y Stevia

Personaliza tu Bebida

AZÚCAR DE COCO \$5

XILITOL \$5

EXTRACTO DE STEVIA \$5

LECHE DE COCO \$8

GHEE \$10