

Frappés

con fruta natural

650 ml

- Mango-Frappé** Ayuda a la fatiga mental
- Fresa-Frappé** Antioxidante
- Limonada-Menta-Frappé** Refrescante
- Tamarindo-Frappé** Ayuda a bajar el colesterol
- Melón-Frappé** Rehidratante
- Mango-Maracuyá-Frappé** Nuevo!

Tu bebida

650 ml

Personaliza tu bebida en 3 pasos

- 1.- **Escoge 3 ingredientes** (perejil, chaya, nopal, apio, piña, espinaca, plátano, papaya, melon, sandía, naranja, limón, guayaba, mango y manzana)
- 2.- Mezclalas con leche, yogurth o naranja.
- 3.- Endulzalas con azúcar morena, miel o stevia.

Licvados

con fruta natural

- Fresa, Plátano, Chocolate, Melón y Papaya.
- c/ agua c/ leche light

Deslactosada o soya

Aguas Frescas

CH 650 ml

GD 1 lt

- Jamaica, Guayaba, Mango y Tamarindo.
- Botella c/agua.
- Coca o coca light.
- Limonada o Naranjada.

Tradicionales Skimos

con canela

- Chocolate, rompope, vainilla o cajeta.

Café

- Capuchino
- Americano
- Expresso
- Expresso cortado
- Café Latte con leche
- Té natural

Ensaladas

con fruta natural

Frutyogurth

Pera, manzana en cuadros con miel, pasas, apio aderezadas con yogurt y miel

Copa caribeña

Mezcla de frutas tropicales, bañadas con naranja, miel y amaranto.

Copa de yogurt con fresas

Tazón de frutas

Manzana verde, manzana roja, plátano, kiwi, pera y fresa c/ granola y miel.

Ensalada de frutas con yogurt y granola

Fruta natural

Ingredientes Extras

Yogurt, granola o amaranto.

Nuez extra

¡Nuestros precios incluyen I.V.A.!



@frutyogurth

<http://www.facebook.com/frutyogurth>

www.frutyogurth.com.mx

*El menú puede variar según tu sucursal



MENÚ DE SERVICIO A DOMICILIO ¡y para llevar!

Llámanos!



Frutyogurth
Ensaladas - Jugos - Tortas

Del Rancho

Huevos Estrellados o revueltos naturales.
Revueltos con jamón o salchicha.
Revueltos a la mexicana.
Rancheros.

2 huevos estrellados montados sobre tortilla de maíz, bañados en salsa roja.

Omellete. (1 Ingrediente a escoger)

Jamón, salchicha, chorizo o tocino con queso manchego.

Omellete Mediterraneo.

Tabule, queso de cabra y pesto, pepino, jitomate, cebolla morada, perejil.

Omellete Light.

3 claras de huevo con queso panela, espinaca o nopal, bañado en salsa roja o verde.

Omelette champiñones.

Queso oaxaca, cebolla morada y epazote.

Los Consentidos

Chilaquiles rojos o verdes.

Todos llevan crema, queso y cebolla

Chilaquiles con huevo.

Chilaquiles con pollo.

Chilaquiles con arrachera.

Hot Cakes (2 piezas)

Con maple y mermelada.

Con jamón o tocino.

Fruticakes. (3 piezas)

Con nuez

Chilaquiles Adobados.

Tortilla de maíz bañada en salsa de chile guajillo con pechuga de pollo a la plancha, Queso fresco, crema, cebolla morada y cilantro.

Chilaquiles Oro Negro. Tortilla de maíz bañada en salsa de frijol con chipotle, crema y queso fresco.

Burritos *Nuevos!*

Burrito de Huevo con chorizo, queso, cilantro y guacamole

(Guarnición de nopales y frijoles fruti)

Burrito de Huevo con chaya, cilantro y guacamole.

(Guarnición de nopales y frijoles fruti)

AGREGA Jugo y café o fruta y café



¡Nuestros desayunos se sirven a todas horas!

Sopas y Complementos

Consomé de pollo con pollo deshebrado y verduras.

Sopa Mexicana

Nopal, elote, champiñones, chile poblano, crema ácida y juliana de tortilla.

Ensalada rusa

Papa, zanahoria, chícharo y mayonesa.

Sopa del día

Pregunta por la sopa del día.



Ensaladas

Ensalada Kai-Kai

Mezcla de lechugas, filete de pescado (120 grs), arroz, cebolla morada, jitomate, aguacate y aderezo de cilantro.

De Cabra y manzana verde **Nuevos!**

Queso de cabra, cebolla morada, nueces, semillas tostadas, manzana verde y vinagreta de miel.

Ensalada del chef 512 kcal.

Pechuga de pollo (150 grs), jamón de pavo, queso panela, huevo cocido y jitomate con aderezo mil islas.

La Madonna **Nuevos!**

Lechuga, espinaca, pechuga de pollo (150 grs), aceitunas negras, jitomate, queso parmesano con aderezo de yogurth y albahaca.

Pollo y ajonjolí 404 kcal.

Lechuga, jitomate, fusilli, pechuga de pollo (150 grs) marinada con mostaza, miel y ajonjolí con aderezo de mostaza y miel.

Pechuga popeye 342 kcal.

Lechuga, espinaca, apio, aguacate, jitomate, pechuga de pollo (150 grs) con vinagreta.

Ensalada Oliva **Nuevos!**

Atún, mezcla de lechugas, espinaca, pepino, aceitunas negras, cebolla morada, pasta fusilli con vinagreta de oregano.

Ensalada Patria **Nuevos!**

Arrachera (150 grs), queso manchego, cebolla morada, jitomate, frijoles, cilantro, juliana de tortillas, lechuga, espinaca, con aderezo de cilantro.

Ensalada Especial 404 kcal. (antioxidante)

Pechuga de pollo (150 grs), queso panela, jitomate, fresa, nuez y pasas, aderezada con vinagreta de miel.

César con Pollo

Lechuga orejona, pechuga de pollo (150 grs), queso parmesano, crutones con aderezo César.

Clásica de Pollo

Pollo (100 grs), zanahoria, papa y chícharos mezclados con mayonesa.

Sandwiches

Club Sandwich

Pollo, jamón de pavo, tocino, queso amarillo y ensalada rusa.

Sandwich clásico

Jamón de pavo, queso oaxaca y ensalada rusa

Sandwich chipotle

Pechuga chipotle, queso oaxaca, con aderezo de ajonjolí y ensalada rusa.

Sandwich de pescado

Filete de pescado a la plancha aderezado con mayonesa-chipotle, jitomate, aguacate y cebolla.

Sandwich ligero

Espinaca, jitomate, champiñones, queso panela y guacamole.

Sandwich Pechuga de Pavo

Pan integral, lechuga, espinaca, jamón de pavo, zanahoria y aderezo de pesto.



La de Res

Arrachera, cebollas caramelizadas, queso manchego y mayonesa chipotle

La Vegetariana

Chaya, espinaca, zanahoria y queso panela.

La de Atún

Atún con mayonesa, aguacate y pepino.

Suiza

Queso oaxaca, manchego y amarillo.

La de Pollo

Pechuga de pollo a la plancha con queso oaxaca.

Tortas Clásicas

TODAS LAS TORTAS LLEVAN DE BASE LECHUGA, JITOMATE, CEBOLLA, AGUACATE Y FRIJOLES.

Pollo natural c/ queso

Milanesa de res o Pierna c/ queso

Jamón o salchicha c/ queso

CRECE TU COMBO

Sopa y agua de sabor (horchata o jamaica) 1/2 lt
Ensalada Rusa y agua de sabor (horchata o jamaica) 1/2 lt

INGREDIENTES EXTRAS

Jamón o salchicha

Queso a escoger

(manchego, oaxaca o panela)

Pierna o chorizo (50 grs)

Milanesa de Res (100 grs)

Pechuga de pollo natural (150 gr.)

Tortas Combinadas

TODAS LAS TORTAS LLEVAN DE BASE LECHUGA, JITOMATE, CEBOLLA, AGUACATE Y FRIJOLES.



Napolitana

Milanesa fruti, queso oaxaca y jamón.



Cubana Especial

Pierna adobada, jamón, salchicha y queso amarillo



Argentina

Milanesa fruti, chorizo y queso oaxaca.



Suprema

Pechuga marinada c/ mostaza y queso oaxaca.

Pechuga Pastor

Pechuga de pollo marinado al pastor, queso y piña.

Cubana

Jamón, salchicha y queso amarillo

Pechuga Chipotle

Pechuga de pollo marinado en chipotle y queso oaxaca.

Mexicana

Arrachera, guacamole, frijoles y queso oaxaca.

Burritos



Burrito Tradicional

Lechuga, zanahoria, guacamole, jamón de pavo, queso panela y aderezo mil islas.

Burrito Pastor

Pechuga pastor, queso manchego, guacamole, cebolla morada cilantro y piña asada.

Burrito Mexicano

Arrachera, frijoles, guacamole, queso manchego, chipotle y nopales a la mexicana

Burrito Mediterraneo

Espinaca, cebolla morada, jitomate, pesto, aceitunas negras, queso de cabra y guacamole

Burrito Chipotle

Pechuga chipotle, mayonesa, queso oaxaca, guacamole, frijoles, lechuga, jitomate y cebolla.

Burrito Adobado

Pierna adobada, queso manchego, guacamole, frijoles, cebolla morada, lechuga y jitomate.

Extractos



Naranja
Zanahoria

Extractos Combinados

Manzana verde, apio y zanahoria

Zanahoria, betabel y apio.

Naranja con betabel

Naranja con zanahoria

Combinados con Naranja

Endulzalos con miel, azúcar morena o stevia.

CH 650 ml

GD 1 lt

Vitamina c

Guayaba, apio y perejil.

Demoledor

(regula la digestión)

Apio, nopal, espinaca, chaya, perejil y piña.

Pierde peso

(elimina grasas)

Nopal, piña, apio y perejil

Natural

Papaya y naranja

Oasis (mejora tu sonrisa)

Fresa y piña.

Princesa

Fresa, piña y guayaba.

Playense

Mango, chaya y naranja.

Conga

Manzana, plátano,

papaya, piña y melón.

Energético

Fresa y plátano.

Combinados de Frutas

Pídelas con leche o yogurth

CH 650 ml

GD 1 lt

Hércules

Plátano, granola y chocolate

Tropical

Fresa, plátano y manzana

Soy-coco

Leche de soya, coco y guayaba

Honolulu

Manzana y guayaba

Fortificante

Plátano y mango

Monalisa

Fresa y granola

¡Nuestros precios incluyen I.V.A.!