

1

CAFÉONE

by FitnessOne



SMOOTHIES

Nutrition

Super acaí — Q.40

Manzana, arándanos, naranja y acaí.

Orange — Q.40

Papaya, piña, zanahoria y naranja.

Hawaiano — Q.40

Piña, coco y naranja.

Super green — Q.40

Espinaca, piña, apio, hierbabuena y naranja.

Digestivo — Q.40

Fresa, papaya y banano.

Refreshing — Q.40

Kiwi, fresa y naranja.

Avocado — Q.40

Aguacate, piña, espinaca, menta y naranja.

Stay fit — Q.40

Piña, apio, cilantro y naranja.

Berries — Q.40

Fresa, mora y naranja.



Booster

Full ————— Q.45

Fresa, banano, avena y leche.

Colágeno ————— Q.45

Fresa, piña, naranja y colágeno.

Manía energía ————— Q.45

Manzana, banano, mantequilla de maní y leche.

Piña colada ————— Q.45

Piña, coco y leche.

Athletic ————— Q.45

Piña, banano, matcha, yogurt y leche.

Tasty ————— Q.45

Fresa, arándanos, yogurt y leche.

Elvis ————— Q.45

Banano, cacao en polvo, mantequilla de maní y leche.

Choice mix ————— Q.45

Crea tu propia combinación.

Base: Agua o leche.

Frutas: fresa, banano, piña, papaya ó arándanos.



*LECHE A TU ELECCIÓN.

Protein

Monkey ————— Q.55

Banano, arándanos, cacao en polvo, leche de almendra y proteína.

Chai Protein ————— Q.55

Banano, té chai, leche a tu elección y proteína.

Energy — Q.55

Café espresso, banano, leche y proteína.

Power ————— Q.55

Arándanos, banano, leche y proteína.

Fitness ————— Q.55

Fresa, mantequilla de maní, leche y proteína.

DETOX

Poder verde ————— Q.35

Alcalinizante y antioxidante por excelencia, que te ayudará a mejorar tu sistema inmune, elaborado a base de espinaca, manzana verde, jengibre, apio, limón, menta y pepino.

Quema grasa ————— Q.35

Potente diurético, que además aportará vitaminas a tu organismo. Güisquil, pepino, té verde y naranja.

Full energía ————— Q.35

Los ingredientes perfectos; remolacha, pepino, apio, perejil, limón que ayudará a alcalinizar tu cuerpo y aportará fibra salubre.

Cleaning up ————— Q.35

Desintoxica tu organismo, además de ser el mejor aliado de tu sistema digestivo; pepino, piña, apio y limón.

Súper clean ————— Q.35

El aliado perfecto para tu sistema gastro intestinal, aporta vitaminas A, C y B1. Elaborado con zanahoria, piña, miel de agave y naranja.



Paquetes

Intermedio ————— Q.290

3 jugos diarios por 3 días.

Intensivo ————— Q.450

5 jugos diarios por 3 días.

BEBIDAS



Agua pura	_____	Q.6
Pepsi	_____	Q.9
Pepsi black	_____	Q.9
Salutaris	_____	Q.9
Toronja, naranja y limón.		
Seven light	_____	Q.9
Be Light	_____	Q.13
Té frio Lipton	_____	Q.13
Gatorade	_____	Q.13
Gatorade G Zero	_____	Q.15



BEBIDAS PREPARADAS

Frías

Frapuccino _____ **Q.27**

Combinación de café espresso, leche.

Frappé caramel _____ **Q.31**

Combinación de café espresso, leche y caramelo.

Te chaí _____ **Q.27**

Chaí con leche a tu elección y hielo.

Té matcha _____ **Q.27**

Leche a tu elección con matcha y hielo.

Frapuccino mocca _____ **Q.31**

Combinación de café espresso, leche y chocolate.

Iced latte _____ **Q.24**

Espresso con leche fría y hielo.

Sidra syrup _____ **Q.25**

Bebida a base de agua gaseosa y syrup.

Calientes

Café Espresso _____ **Q.13**

Extracto de café recién molido.

Latte 12 Onzas _____ **Q.22**

Espresso con leche caliente.

Moccaccino 12 Onzas _____ **Q.25**

Espresso con chocolate y leche espumada.

Té matcha _____ **Q.24**

Matcha con leche espumada.

Americano 12 Onzas _____ **Q.16**

Espresso recién extraído al estilo americano.

Capuccino 12 Onzas _____ **Q.22**

Espresso con leche espumada.

Té chai _____ **Q.24**

Té chai con leche espumada.

DESAYUNOS

Omelette light ——— Q.54

Exquisito omelette de claras relleno con queso cottage, champiñones, tomate, cebolla y espinaca.

Chapata omelette ——— Q.54

Pan chapata relleno con un perfecto omelette con jamón, queso mozzarella y vegetales salteados.

Fit ——— Q.60

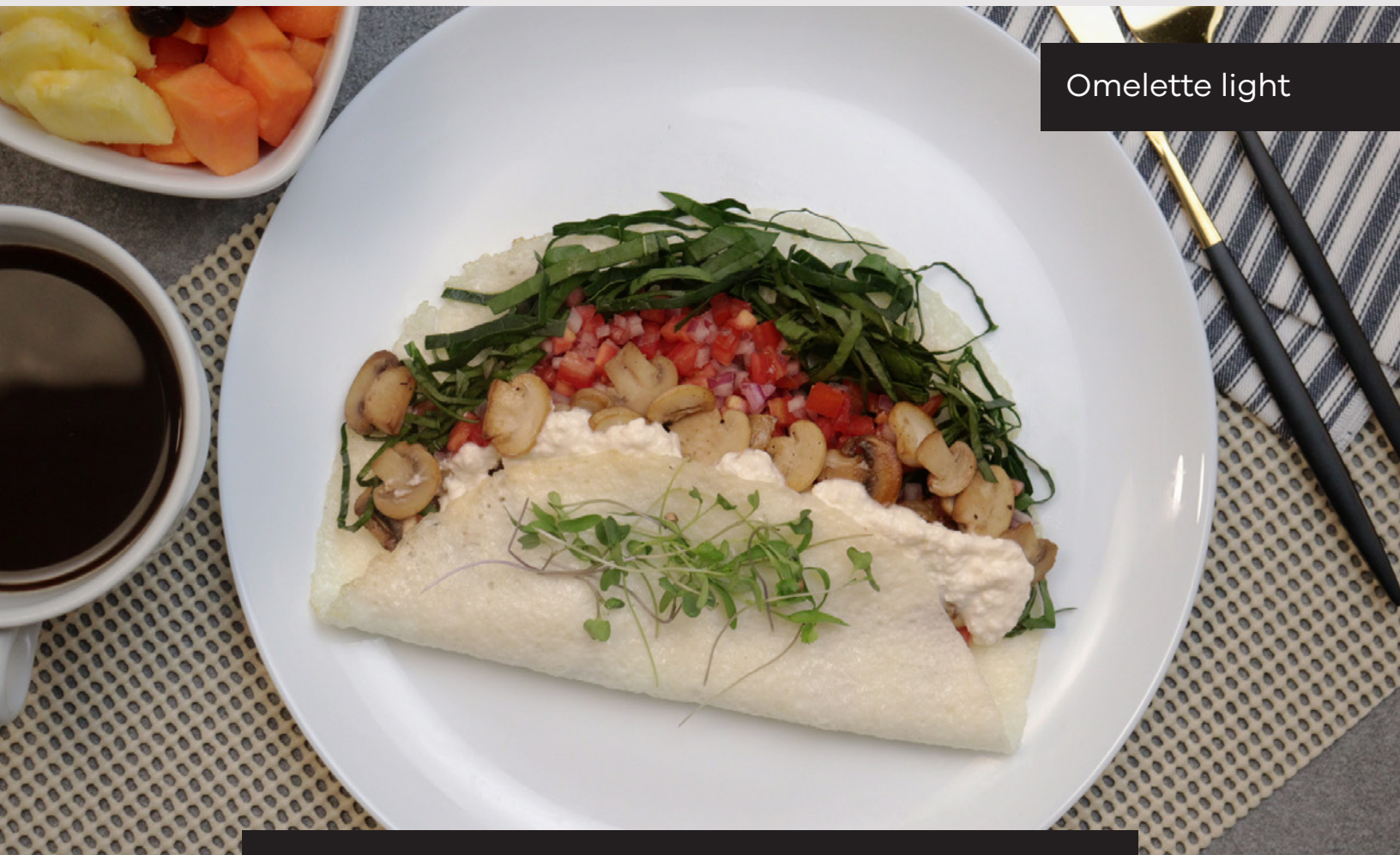
Perfecta carga de proteína, seis claras de huevo servidas con jamón, vegetales y queso cottage.

Premium omelette ——— Q.54

Omelette con jamón, queso mozzarella, pico de gallo y aguacate.

Muffin light ——— Q.45

Pan muffin con huevo, espinaca, jamón y queso cottage.



Omelette light

Nuestros desayunos están acompañados de fruta de temporada o plátanos cocidos y café. Agrega licuado de 12 Onzas por Q 12.00 (Papaya, piña o melón)



Virginia

Tradicional ————— Q.45

Dos huevos al gusto acompañados de frijol, salsa roja y pan.

Super tradicional ————— Q.55

Huevos al gusto, frijol, chorizo argentino, pan y salsa roja.

Proteicos ————— Q.55

Tres panqueques de avena, banano y proteína.

Crepa desayuno ————— Q.50

Crepa rellena con huevo, jamón virginia, queso mozzarella y salsa roja.

Virginia ————— Q.49

Pan chapata, huevo revuelto, jamón virginia y queso americano.

AGREGA EXTRA A TUS DESAYUNOS:

**Frijoles Q 8.00 Plátanos cocidos : Q 8.00 Huevo Adicional Q 8.00
Pan de rodaja: Q 5.00 Jamón: Q 8.00 Queso: Q 8.00 Aguacate: Q 8.00**

BREADS

Running ————— Q.60

Nuestro exquisito pollo con pesto, queso mozzarella, tomate y cebolla, en un pan chapata.

Roast beef ————— Q.60

Roast beef, cebolla caramelizada y queso gratinado en un pan chapata.

Carpaccio ————— Q.60

Perfecta combinación de carpaccio, queso parmesano, alcaparras, espinaca y aguacate.

Training ————— Q.50

Atún preparado con vegetales, tomate, cebolla morada y espinaca.

Burger ————— Q.60

Torta de carne premium, queso americano, tomate, cebolla y espinaca.

Chapata chipotle — Q.60

Pan chapata con pollo, aguacate, lechuga, tomate, cebolla morada y un toque picante con nuestro aderezo chipotle.

De la casa ————— Q.50

Jamón hamburgo, queso mozzarella, huevo duro y aderezo especial en un pan chapata.

BBQ ————— Q.60

Lascas de pollo, jamón, cebolla morada y deliciosa salsa barbacoa.

Working ————— Q.45

Pan chapata con jamón, queso americano, aguacate, lechuga y aderezo.

Acompáñalos con fruta o ensalada.



Burger

ENSALADAS

Fresh condition salad — Q.59

Pechuga de pollo, aguacate, pepino, chile pimiento y zanahoria sobre una combinación de lechugas con aderezo.

Happy salad — Q.61

Pollo a la plancha, quinoa, tomate, cebollín, cilantro, pepino, espinaca y aguacate.

Tropical salad — Q.61

La perfecta mezcla de lechugas servida con pollo sazonado, piña asada, tomate, cebolla morada y aguacate.

Tuna champion — Q.59

Ensalada de atún, pepino, tomate manzano y cebolla morada, sobre una combinación de lechugas y aderezo a elección.

Quinoa salad — Q.61

Pollo a la plancha, quinoa, garbanzo, tomate, cebolla morada, aguacate y lechuga.



Happy salad

Bowl

Pollo Bean Bowl — Q.65

Pechuga de pollo, aguacate, maíz dulce, frijoles negros, queso cheddar y aderezo sobre una base de arroz.

Tuna Bowl — Q.65

Atún, maíz dulce, pepino y aguacate, sobre una base de arroz.

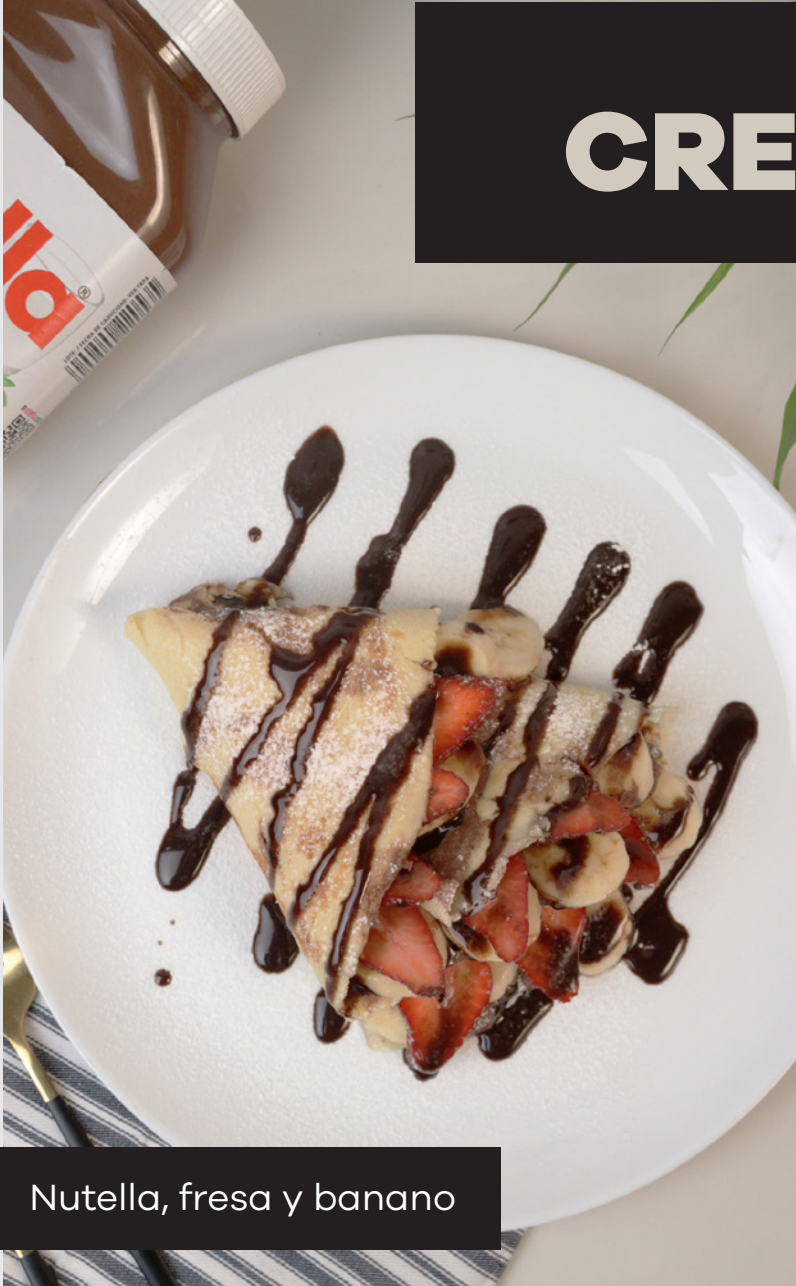
Tilapia Bowl — Q.65

Quinoa, servido con nuestro pico de gallo especial, aguacate y tilapia.

Chicken Bowl — Q.65

Pollo a la plancha, espinaca suavemente sazonada, garbanzo, vegetales salteados y aderezo chipotle, sobre una base de arroz.

CREPAS



Nutella, fresa y banano

Carpaccio — Q.57

Carpaccio, alcaparras, queso parmesano y espinaca con aliño especial dentro de una suave crepe.

Pollo — Q.60

Pollo, queso mozzarella espinaca y sabroso pesto en una crepe.

Jamón — Q.45

Jamón, queso mozzarella, aguacate y mostaza miel.

Nutella — Q.31

Crepe con nutella.

Nutella, fresa y banano — Q.34

Crepe con nutella, fresa y banano.

SNACKS

Avenita — Q.25

Avena caliente con leche y manzana.

Avocado toast — Q.25

Pan tostadas servidas con aguacate y huevo duro.

Apple snack — Q.25

Snack de manzana y mantequilla de maní.

Tostadas de maní — Q.25

Tostadas con mantequilla de maní, fresa y banano.

Bowl de futas — Q.35

Piña, papaya, sandía, banano, yogurt, granola y miel.

CAFÉONE

Kids



Quesadilla ————— Q.29

Tortilla de harina con queso derretido, acompañado de jugo petit.

Hot cakes ————— Q.29

Tres panqueques con Nutella, acompañado de jugo petit.

Sandwich ————— Q.29

Pan de rodaja con jamón y queso, acompañado de jugo petit.

Toast con nutella ————— Q.29

Dos tostadas con nutella y banano, acompañado de jugo petit.

Eyes pops ————— Q.16

Helados naturales con ojitos.



Protein *Lovers*

Fresa ————— **Q.40**

Fresa, leche y proteína.

Banano ————— **Q.40**

Banano, leche y proteína.

Arandano ————— **Q.40**

Arándanos, leche y proteína.

Papaya ————— **Q.40**

Papaya, leche y proteína.



Meal Plan

SÉ PARTE DE NUESTRO PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE.

Y OBTÉN UN 10% DE BONIFICACIÓN EN EL PAQUETE QUE ESCOJAS.

¿CÓMO FUNCIONA?

1. Solicita el servicio en Café One.
2. Selecciona el monto mensual a cargar a tu cuenta.
3. Café One te bonifica un 10% adicional al monto mensual que escojas.
4. Ordena y disfruta nuestra variedad de productos.

BENEFICIO

1. Accesibilidad.
2. Conveniente, pide y te lo preparamos.
3. Variedad de opciones saludables.
4. Alimentación balanceada.
5. Productos y preparación de alta calidad.



CAFÉONE

by FitnessOne