

Desayuno



MANGLE RESTAURANTE

DESAYUNOS

CESTA DE PAN ARTESANAL

Con mermelada casera de temporada y mantequilla de la casa perfumada con miel.

BOWL DE FRUTAS

Puedes acompañarlo con:

Yogurt natural o de fresa, avena, amaranto, granola, miel, chocolate y maple.

CEREAL

Choco krispis

All bran

WRAPS

POLLO-frijol, queso Oaxaca y espinaca baby.

VEGETARIANO-queso panela, frijol, lechugas mixtas, aguacate y germen de alfalfa. ✓

**Aderezo a elegir jalapeño o chipotle.*

HUEVOS MOTULEÑOS

Frijol, huevos fritos, salsa de tomate, chícharo, jamón y plátano sobre tostadas de maíz.

HUEVOS BENEDICTINOS

Pan brioche, lomo canadiense, huevo poché y salsa holandesa acompañado de ensalada fresca de lechuga.

CROQUE- MADAME

Pan de molde artesanal perfumado con hierbas, bechamel, jamón, queso gratinado y un huevo frito acompañado de ensalada fresca de lechuga.

HUEVOS AL GUSTO

Siempre servidos con papa gajo al romero y frijoles salteados.

CHILAQUILES

Salsa de tomate roja o verde, crema, queso, cebolla y cilantro con pollo o huevo.

QUESADILLAS (Orden de 3)

Con tortilla de nopales, queso Oaxaca y pollo

PANUCHOS (Orden de 2)

PAVO - lechuga, tomate, aguacate y cebolla morada curtida.

VEGETARIANO - lechuga, tomate, pepino y germen de alfalfa. ✓



@flamingosholbox
@mangleholbox

DESAYUNO



AVOCADO TOAST ✓

Pan integral, aguacate, queso crema, germen de alfalfa, jitomate, espinaca y reducción de balsámico.

HEALTHY BAGEL ✓

Queso panela a la plancha, puntos de aguacate, pepino, cebolla morada, rábano y pesto.

PAN FRANCÉS ✓

Tradicional pan francés acompañado de compota de frutos rojos.

SMOOTHIE BOWL MANGLE

Base de yogurt natural con avena, acompañado de manzana, nuez y plátano.

**Puede acompañarse con miel maple o miel de la localidad.*

SMOOTHIE BOWL FLAMINGOS

Base de yogurt de fresa con avena, acompañado de granola, frutos rojos y amaranto.

**Puede acompañarse con miel maple o miel de la localidad.*

HOTCAKES

Puedes acompañarlo con:

*Nutella
Cajeta
Leche condensada
Mantequilla de maní*

JUGOS NATURALES

- Naranja
- Jugo verde: jugo de naranja, apio, menta, perejil, piña y chaya.
- Jugo de naranja, zanahoria y jengibre.
- Jugo de limón, chía, pepino y espinaca.

SMOOTHIES

- Yogurt natural, mango ataúlfo, té matcha y miel local.
- Leche de almendras, plátano, fresa y acai berry orgánico deshidratado.
- Leche de soya, avena, piña y crema de coco, endulzado con stevia orgánica.

**Si sufre de algún tipo de alergia por favor comunicarlo a un miembro de nuestro equipo.*

✓ *Opción vegetariana.*