

Fuentes de ingreso.

- **¿Cuánto y cómo está dispuesto a pagar vuestro cliente por el producto/servicio que le estás ofreciendo?**

Lo ecológico es sinónimo de mayor aporte de vitaminas y minerales por alimento, por lo tanto de mejor nutrición y menor riesgo de padecer déficits nutricionales. Este tipo de comida no siempre es la más asequible por el gran trabajo que conlleva y la pequeña productividad de los cultivos.

Pese a esto Healthy Away intenta ajustar sus precios, haciéndolos competitivos y asequibles.

MENÚ

ENSALADAS

Ensalada de invierno con col rizada, granada y picatostes. 8€



Ensalada de quinoa, frijoles y aguacate. 7.5€



Ensalada verde con mandarinas y aguacate. 7€



Ensalada de arroz con verduras naturales. 7.5€



Ensalada de pollo con aguacate, tomate, lechuga y pepino. 8.5€



*ENSALADA A TU GUSTO 4€
Incluye lechuga, tomate y cebolla.



Añade tus ingredientes:

Atún.....	1 €	Picatostes.....	0,7€
Aguacate.....	1€	Maíz.....	0,5€
Pollo.....	0,70€	Espárragos.....	1€
Pepino.....	0,70€	Granada.....	0,7€

SNACKS

Patatas con salsas a elegir
(Ketchup, Mayonesa, Mostaza, Ali-Oli, Salsa rosa)
3,5€



Tostadas con salsa de aguacate y jamón serrano. 3.5€



Crudités de verduras
1.5 €



Sushis y sashimis (arroz, verduras, pollo, salmón...) 2.5€



Galletas de coco y dátiles

0.70 €/ galleta.

Pincho de queso
fresa.

2€



de cabra, jamón ibérico y mermelada de

Manzana con requesón desnatado:
1.5€



Pudding de chía o yogurt natural con frutas (en este caso
esta receta está hecha con kiwi)

2.50€

Crepes a elegir: 2.5€

- Fresas.....1€
- Plátano.....1€
- Crema de cacao.....1€
- Azúcar.....0.5€



Chips de verduras (zanahoria y

Pizza de queso de cabra y col rizada

calabacín) 3€



Porción individual 2€
Pizza entera 8€



Pizza de verduras, champiñones, queso y tomate.

Porción individual 2€
Pizza entera 8€

Pizza de coliflor o brócoli: 7.5€



DULCE

Kéfir con frambuesas y cereales de espelta
y leche de almendras 3,5€



Mugcake de avena, cacao
3,5€



SANDWICHES

Sandwich de pollo 5€
(pollo, queso,lechuga y huevo)



Sandwich tropical 4.5€
(piña, queso y jamón york)



Mini integral de salmón, eneldo y espárragos: 5.5€



Sandwich de rúcula y bacon ahumado 5€



Sandwich vegetal 5€

(cebolla, tomate, lechuga y huevo y espárragos)



Sandwich abierto 5.5€

(lechuga,tomate y huevo frito)



BATIDOS

Batido verde (manzana, pepino, espinaca, limón, jengibre, apio, pera, aguacate, plátano y perejil.)
3€

Batido naranja (zanahoria, naranja, chía, semillas de calabaza)
3€



Batido de fresa (fresas, leche)
3.5€

3.5€

Batido verde (espinacas, manzanas, melón y limón.)

3.5€



Batido rojo (zanahorias, manzanas golden, remolachas)

3.5€



Batido de mango, plátano y mandarina.

3.5€



Batido de piña, plátano, cúrcuma y semillas de chía.
3€



Batidos de melocotón: melocotón, yogur griego de limón,
leche, sirope de ágave y menta
3.5€



BROCHETAS

1.5€/unidad y con 7 frutas para elegir:

- | | |
|------------|-------------------------|
| A. manzana | G.kiwi |
| B. mango | H.uva |
| C. pera | I.arándanos, frambuesas |
| D. fresa | J.piña |
| E. plátano | |
| F. naranja | |

