



## COCTELERÍA

|  |              |
|--|--------------|
| <b>Campari Tiendas Orange</b>                        | <b>\$250</b> |
| Campari, jugo de naranja, frambuesas y jengibre      |              |
| <b>Summer Negroni</b>                                |              |
| Campari, Cinzano 1757 Rosso, Gin, frutillas y romero |              |
| <b>Tiendas Spritz</b>                                |              |
| Aperol, espumante, maracuyá, mango                   |              |

## MOCKTAILS

|   |              |
|---|--------------|
| <b>Mango</b>  | <b>\$200</b> |
| naranja, maracuyá, lima, agua tónica y almíbar especiado. |              |
| <b>Blueberries</b>  |              |
| limón, lima, frutilla, menta y soda.                      |              |

## CERVEZA ARTESANAL

|                     |              |
|---------------------|--------------|
| <b>RABIETA</b>      | <b>\$180</b> |
| Golden Ale 473cc    |              |
| Irish Red Ale 473cc |              |

## ALGO PARA PICAR

*Porciones más pequeñas que un plato tradicional para que puedas compartir y probar diferentes opciones*

|   |              |
|---|--------------|
| <b>Nuevas papas risolee</b>   | <b>\$220</b> |
| con ralladura de limon y girasol tostado con alioli de perejil                  |              |
| <b>Hummus</b>   | <b>\$280</b> |
| fruta de estación, garbanzos, kale crispy, pimentón ahumado y aceite de oliva   |              |
| <b>Langostinos</b>  | <b>\$330</b> |
| palta, alioli, almendras, cilantro y tomates                                    |              |
| <b>Salmón fresco</b>  | <b>\$390</b> |
| mango asado, palta, queso finlandia, rayadura de lima, cilantro y salsa de soja |              |



## ENSALADAS

|   |       |
|---|-------|
| <b>Caesar</b>   pollo marinado, variedad de hojas verdes, crocante de parmesano, croutons, dressing caesar  | \$380 |
| <b>Tibia de camembert</b>   petit camembert 100 grs, costra de almendras, peras caramelizadas, croutons, rúcula y nueces. Aderezo de miel, mostaza a la antigua, ciboulette, vinagre y aceite de oliva.                   | \$420 |
| <b>Pink</b>   salmón rosado a la plancha, mango fresco grillado, endivias, rúcula, queso de cabra, almendras fileteadas, aderezo de jugo de naranja, aceite de oliva, miel y ciboulette<br><i>*Receta libre de gluten</i> | \$450 |

## SANDWICHES

### NUEVOS PANES!

hechos con una receta balanceada de harina de espelta, harina integral y harina de trigo  
La espelta es un cereal antiguo que posee grandes beneficios tanto a nivel nutricional como para el medio ambiente!

**Super Livianos!!** salen con papas risolee con ralladura de limón y girasol tostado

|  |       |
|--|-------|
| <b>Slim veggie</b>   Vegetales cocidos y crudos, berenjenas, zuchinis, zanahoria, remolacha, menta, cilantro, albahaca, rúcula y alioli de perejil | \$354 |
| <b>Slim de pollo</b>   chutney de cebollas, rúcula, queso parmesano y crema de queso azul  | \$390 |
| <b>Slim meat sandwich</b>   roast beef deshilachado, rúcula, mostaza dijon, chimichurri de hierbas, cebolla caramelizada y tomates asados          | \$420 |
| <b>Bagel de salmón ahumado</b>   espinaca, palta, huevos revueltos y cream cheese  | \$430 |

## POKE Bowls

|   |       |
|---|-------|
| <b>Vegan Bowl</b>   palta, kale, zanahoria, tomates, semillas de zapallo caramelizadas, bayas de goji, salsa tahina y semillas de sésamo   Base de quinoa <i>*Receta libre de gluten * Vegano</i> | \$380 |
| <b>Langos Poke Bowl</b>   langostinos, palta, ananá grillado, endivias, chips de batata, pepino, verdeo, aderezo cítrico y flores   Base de quinoa<br><i>*Receta libre de gluten</i>              | \$440 |
| <b>Salmón Poke Bowl</b>   salmón ahumado en cubos, mango, palta, habas, akusay, cebolla crispy, salsa tahina, semillas de sésamo   Base de arroz yamaní <i>*Receta libre de gluten</i>            | \$460 |



**TIENDAS  
NATURALES**

## ESPECIALIDADES ORGÁNICOS Y NATURALES

**Del wok** **\$350**  
Salteado de zanahorias, pimientos, zucchinis, repollo, cebolla morada, brotes de soja y berenjenas, arroz yamani con salsa de soja, jengibre y miel  
*\* Receta Libre de Gluten*

Agregale pollo o carne **\$420**  
Agregale langostinos **\$450**

**Sorrentinos rellenos de calabaza** **\$480**  
manteca de tomillo, naranja, ricota, almendras, queso y hierbas frescas

**Langostinos** **\$540**  
arroz yamani integral, habas, arvejas, kale, cilantro, lima, perejil y jugo de limon

**Salmón grillado** **\$650**  
puré cremoso de zanahoria, tomates, alcaparras, zanahorias baby asadas y vinagreta de cítricos *\* Receta Libre de Gluten*

**Vacío de pastura orgánico en larga cocción** **\$690**  
salsa criolla, alioli y papas Tiendas



**Pechuguitas de pollo salteadas** **\$450**  
con champignones, espinaca, brócoli, manteca de maní y aceite de sésamo

## GLUTEN Free

Nuestras opciones gluten free son elaboradas por un proveedor externo, dichos productos se encuentran en su envase original para evitar su contaminación y garantizar su calidad

Podés acompañar tus platos gluten free con pan sin tacc, solicitalo a tu camarero

**Pechuga de pollo | con pesto de albahaca y verduras** **\$420**

**Mousse de chocolate con frutos secos** **\$220**

## KIDS CHOICE

**Happy Peques:** **\$340**  
Pechuguitas de pollo en láminas, papas tiendas, tomates, chips de queso y palta.



## BEBIDAS

|                      |       |
|----------------------|-------|
| Exprimido de Naranja | \$120 |
| Gaseosas             | \$100 |
| Agua mineral         | \$100 |

## Aguas saborizadas

Agua con frutillas,  
albahaca y limón sin azúcar

\$195 1 Litro  
\$105 500 cm3

Agua Tiendas  
con pepino y naranja

## Limonadas

Podés pedir las sin azúcar, con azúcar de  
mascabo o con Stevia

Limonada Tiendas  
Limonada de frutos rojos  
Limonada de maracuyá

\$250 1 Litro  
\$145 500 cm3

## Licuada

Zanahoria \$180  
manzana, naranja y jengibre sin azúcar

Green Chía \$180  
manzana, kale, banana, ananá, *vitaminic*  
semillas de chia y jugo de naranja

Açai, banana, frutillas, jugo de naranja y miel \$200  
Energético y Super Antioxidante

## Smoothies saludables helados

TIENDAS FAVOURITE SMOOTHIE \$ 230  
Leche casera de almendras, frutos rojos,  
manteca de maní, miel, vainilla

THE REJUVENATOR! \$ 230  
jugo de naranja, mango, ananá, frutillas,  
açai, bayas de goji, semillas de chia, miel

TÉ by penton \$120

ENGLISH BREAKFAST *Energético y estimulante*

Té Negro. Nuestra versión de este clásico blend, combina dos  
tés negros de sabor intenso y buen cuerpo.  
*Perfecto para el desayuno*

DETOX GINGER PU ERH *Depurativo, súper detox*

Té Rojo Pu Erh de China con cáscara de naranja, láminas de  
jengibre, canela en rama, vainas de vainilla. Este tipo de té es  
especialmente saludable por sus propiedades depurativas y desintoxicantes  
para el organismo

PEACH & OOLONG *Digestivo y antioxidante*

Té Azul Oolong y Té Verde de China con trocitos de grosella  
roja, pétalos de aciano, pétalos de girasol y fragancia a  
durazno. Un blend digestivo y refrescante gracias a las propiedades del  
té azul

RASPBERRY ROOIBOS *Remineralizante*

Infusión sin teína es originaria de Sudáfrica con trocitos de  
frambuesa, vainas de vainilla de Madagascar y pétalos de  
rosa china



## CAFE ITALIANO



*Nuevo!*

Café / cortado \$100

Jarrito / Cortado \$110

## ALGO DULCE

Cake de coco y dulce de leche  
con harina de almendras \$139

*\*Receta libre de gluten*

Chocotorta \$135

Crumble de manzana \$125

Carrot cake \$170

Key lime pie \$145

## POSTRES

Frutas asadas \$220  
semillas de calabaza caramelizadas y helado de crema de almendras.

Bizcocho de chocolate, \$210  
crema de maní, helado de chocolate semiamargo y praliné de frutos secos y semillas.

Crumble de Manzana \$220  
con helado de crema americana y almendras

TIENDAS  
NATURALES

# BENEFICIOS EN TIENDAS

LUNES

20% OFF  
CENAS

Sólo pago en efectivo



## 20% OFF EN TAKE AWAY

Sobre precios de carta en productos seleccionados y pago en efectivo.

¿ESTÁS APURADO? PEDÍ LA CUENTA CON TU ORDEN

VALOR DEL CUBIERTO \$55 SÓLO EN CENAS   
Incluye panera y dip. Menores de 12 años no pagan cubierto

### TIENDAS NATURALES

PUERTO MADERO Olga Cossentini 733

PALERMO República Árabe Siria 3001 (011) 4843-7407 | Cabello 3401 (011) 4802-4720

BELGRANO Gorostiaga 1776 (011) 4514-1776 | ROSARIO España 598 (0341) 2972548

*El consumo excesivo de sal es perjudicial para la salud*

[www.tiendas-naturales.com.ar](http://www.tiendas-naturales.com.ar)





## VINOS

### BODEGA EXCLUSIVA CATENA ZAPATA

|                                   |       |
|-----------------------------------|-------|
| Saint Felicien Orgánico           | \$770 |
| Saint Felicien Fume Blanc         | \$605 |
| Alamos Dulce Natural              | \$430 |
| Alamos Malbec Maceración Atenuada | \$594 |
| Nicasia Red Blend Malbec 500cc    | \$365 |
| Dv Catena Cabernet Malbec         | \$741 |
| DV Catena Chardonnay Chardonnay   | \$715 |

---

|               |        |
|---------------|--------|
| VINO POR COPA | \$ 150 |
|---------------|--------|