



787-792-2625

http://www.foodnetdelivery.com

VEGGIE

Happy-tizers & Savory Sides

Sopa del Dia Peq.	\$2.30
<i>servida con nuestro pan integral tostado</i>	
Sopa del Dia Med.	\$3.45
Sopa del Dia Gde.	\$4.60
Canasta de Pakoras del Dia	\$5.75
<i>Veggie fritters banados en una crema de garbanzo y servido con tamarind chutney de la casa</i>	
Samosa	\$5.75
<i>Empanada de India hecha con vegetales y servido con tamarind chutney. 2 por orden.</i>	
Side order de Pakoras del Dia	\$2.30
Papadam	\$4.15
<i>Crispy wafer de lentejas de la India Servido con tamarind chutney. 10 unidades por orden.</i>	
Hummus	\$5.75
<i>with Multi-grain Pan Pita. Anada pesto o Sun Dried Tomatoes si desea.</i>	
Arroz y habichuelas	\$4.40
Sabji	\$4.60
<i>Guisado de Vegetales.</i>	

Ensaladas Frescas

Una Comida Completa

Servida con nuestro pan integral tostado

Garden Salad	\$8.70
<i>Mezcla de lechugas organicas, alfalfa, tomates, zanahorias, aceitunas negras, queso de papa o low fat mozzarella</i>	
Greek Salad	\$8.70
<i>Mezcla de lechugas organicas, zanahorias, alfalfa, tomates, pepinos, aceitunas negras con queso feta</i>	
Mandarin Chicken Salad	\$9.80
<i>Pechuga oriental, mezcla de lechugas organicas, alfalfa, zanahorias, con mandarinas. Servido con nuestro Tahini Sesame Dressing y semillas de sesamo tostadas</i>	
Chicken Supreme Salad	\$9.80
<i>Pechuga marinada con mezcla de lechugas, zanahorias tomates, alfalfa y queso de papa o low fat mozzarella</i>	
Tofu Supreme Salad	\$9.90
<i>Nuestro exclusive grilled tofu con mezcla de lechugas zanahorias, zucchini, y alfalfa. Servido con nuestro Almond Dressing</i>	
Super Salad	\$9.99
<i>Mezcla de lechugas organicas, alfalfa, pollo, jamon, zanahorias, tomates, aceitunas negras con queso de papa o low fat mozzarella</i>	

Create your own Salad

Seleccione sus ingredientes favoritos.

Crear mi propia ensalada	\$6.65
Referencia de Ingredientes Disponibles	

Fresh N Up! Go Green Cuisine

Natural Organic and Vegetarian Cafe

Las comidas que les gustan a aquellos que estan en el plano de la modalidad de la bondad, aumentan la duracion de la vida, purifican la existencia de uno, y dan fuerza, salud, felicidad y satisfaccion. Esas comidas son sanas y agradables al corazon Bhagavad- Gita (17.8)

Heart Healthy & Good Karma!

Todas Nuestras Carnes son Vegetarianas, Importadas y Exclusivas de Veggie Garden - NO EGGS - NO MSG - NO PRESERVATIVES - PURE PROTIEN - LOW IN CHOLESTEROL -

Especial del Dia

Pregunte por nuestros especiales diarios. Estos incluyen entree del dia, sabji (guisado de vegetales) o arroz natural con habichuelas, ensalada mezcla de lechugas organicas alfalfa y nuestro pan integral tostado. Puede anadir sopa o pakora si desea.

Especial del Dia	\$11.30
------------------	---------

A la Carte

Incluye sabji (guisado de vegetales) o arroz natural con habichuelas, ensalada mezcla de lechugas organicas, alfalfa y nuestro pan integral tostado.

Bistec	\$12.65
<i>Sabroso! Grilled con pimientos, tomates y hierbas frescas</i>	
Pechuga Perfeccion	\$12.65
<i>Sauteed con hierbas frescas, limon</i>	
Berenjena a la Parmesana	\$13.50
<i>Grilled y servido con nuestra salsa marinara natural, cubierto con low fat mozzarella</i>	
Tofu Triangles	\$12.65
<i>Delicioso! Servido con nuestro Almond dressing</i>	
Pollo Patty	\$12.10
<i>Grilled y servido con light salsa marron de la casa.</i>	
Seasonal Veggies	\$12.10
<i>al Vapor con un side de nuestro Almond Dressing. Fresco y saludable!</i>	

Sandwiches

Nuestro Pan Integral 100% natural elaborado sin colorantes ni preservativos

Sand. New York Pepper Steak	\$9.55
<i>Sauteed bistec, pimientos, tomates con nuestra salsa de hierbas organicas con low fat mozzarella</i>	
Garden Burger	\$8.75

Menu de Friday Pizza and Pasta Night

Los viernes de 6:00 a 9:30 tenemos el pizza and pasta night con Delicious Natural Pizza, Organic Wheat Crust. Vegan and Spelt flour pizzas available.

Cosmic Pizza

Todas nuestras pizzas estan hechas con Low Fat Mozzarella y nuestra salsa de tomate a menos que indique diferente. La masa de nuestra pizza es fresca, hecha con aceite de oliva, miel, harina integral y harina unbleached organica. Tambien ofrecemos harina organica de Spelt (sin gluten) y queso de arroz Vegan.

OM Shanti	\$8.35
Jai Rama	\$9.15
Keshavas Delight	\$9.75
Buddhas Delight	\$10.20
Jai Laxmi	\$10.30
Shree Vishnu	\$9.50
Jai Ganesha	\$9.50
Durga Devi	\$10.10
Sivas Delight	\$10.90
Jai Radhe	\$10.10
Krishnas Delight	\$10.30
Tamal Krishnas Supreme	\$11.50

Pastas Especiales del Viernes en la Noche (6:00 a 9:30 PM)

Deliciosa y saludable, servida con nuestro pan integral y con parmesan gratinado o queso vegan de arroz.

Pasta con Veggie Pechuga	\$10.30
Pasta con Tofu Triangles	\$12.60
Pasta con Veggie Bistec	\$12.40
Pasta con Vegetales	\$13.75

Elija la salsa que usted guste

Salsa Marinara	
Salsa Blanca	
Salsa Rosada	
Ensalada Fresca (Anada \$2.15)	\$2.30
Pesto Verde Vegan	\$2.30
Pesto Verde Lacto	\$2.30

Fresh Juices that Heal

Jugo de China	\$3.40
<i>orange juice</i>	
Jugo de Manzana	\$3.40
<i>apple juice</i>	
Jugo de Zanahoria	\$3.40
<i>carrot juice</i>	
Jugo de Zanahoria y manzana	\$3.75
<i>(Carrot & Apple)</i>	
Ginger Zing	\$3.95
<i>apple, carrot, fresh ginger</i>	
Sunny Sunrise	\$3.95
<i>carrot, apple, fresh beet</i>	
Veggie Bliss	\$3.95
<i>carrot, apple, celery, cucumber</i>	
Krishnas Elixir	\$4.30

Ensalada Verde

Mezcla de lechugas organicas y romaine
Carnes de Vegetales

Jamon - Pollo - Teriyaki - Pechuga -
Tofu - Bistec - Pavo. Todas nuestras
carnes son Vegetarianas, Importadas y
Exclusivas de Veggie Garden. (No eggs,
No MSG, No Preservatives, Pure
Protein, Low in Cholesterol)

Toppings

Zanahorias - Brocoli - Maiz - Manzanas -
Sesame seeds - Pepino - Zucchini -
Peas - Pasas - Sunflower seeds -
Tomates - Celery - Remolacha -
Cranberry - Pumpkin seeds - Pimientos -
Alfalfa - Garbanzos - Nueces - Aceitunas
negras - Repollo rojo - Queso de papa -
Low fat mozzarella - Queso de arroz -
Queso feta

Aderezos

Italian Lemon Herb - Honey Mustard -
Sesame Tahini - Almond - Low Fat
Asian

Frappes that refresh

Energize your day!!

Endulzamos nuestros frappes con
Fructosa (el azucar natural de las
frutas), evitando el -Sugar High- y el
-Crash- eventual que recibes de otros
azucares.

Frappe TEA no	\$3.75
<i>Matcha Natural Green Tea Frapp</i>	
Tropical Delight	\$3.75
<i>mango, papaya, pineapple, grapes</i>	
Pineapple Blast	\$3.75
<i>pineapple and pineapple juice</i>	
Pina Cool Lada	\$3.85
<i>pineapple, banana, coconut cream</i>	
Banana Berry Blast	\$3.85
<i>banana, strawberries, coconut cream</i>	
Papaya Paradise	\$3.95
<i>papaya, strawberry, banana</i>	
Tropic Coco	\$3.95
<i>papaya, pineapple, coco leche, coconut flakes</i>	
Tropical Fruit Blast	\$3.95
<i>mango, papaya, banana, orange juice</i>	
Caribe Sunrise	\$4.10
<i>organic parcha juice, banana, strawberries</i>	
Papaya Passion	\$3.95
<i>papaya, milk (reg or soy), vanilla</i>	
Mango Paradise	\$4.10
<i>mango, strawberries, banana</i>	
Follow Your Bliss	\$3.75
<i>create you own! (any 2 fruits)</i>	
Lassi de Strawberry	\$4.20
<i>Strawberry made with our yogurt</i>	
Lassi de Mango	\$4.20
<i>Mango made with our yogurt</i>	

Deliciosa mezcla de vegetales,
queso, arroz integral y proteina de
soya. Solo 3 gramos de grasa!
Servido con tomate, mezcla de
lechugas organicas, alfalfa y nuestra
salsa especial

Vegan Burger \$8.90

Fantastico! Y contara con la
bondad de la proteina de soya que
tiene el 80% menos de grasa que la
carne picada! Servido con tomate,
mezcla de lechugas organicas y
alfalfa con nuestra salsa de hierbas
organicas

Wraps for Life

Veggie Delight Wrap \$8.65

our home made hummus con
tomates, zucchini y, mezcla de
lechugas organicas y alfalfa tambien
en pan pita muti-grain

Veggie Supreme Wrap \$8.65

tomates, pepinos, pimientos,
zanahorias, aceitunas negras,
albahaca organica, queso feta y
nuestra salsa de hierbas organicas

Eggplant or Chicken Par \$8.90

Su seleccion de berenjena o pollo
servido con nuestra salsa marinara y
"low fat" mozzarella

Wrap de Black Beans & \$8.65

Veggies

Habichuelas negras con sauteed
zucchini, cubierto con queso
monterey jack salsa de tomate con
cilantro

Greek Pollo Wrap \$9.20

Pechuga con tomates, aceitunas
negras, pepinos, queso feta, oregano
organico y Herb dressing

Chicken Teriyaki Wrap \$8.90

Pechuga sauteed con repollo en
nuestra salsa teriyaki, con semillas
de sesame, lechugas org nicas y
nuestra Tahini Dressing

Chicken Patty \$8.75

Pollo sauteed y servido en nuestra
salsa especial, tomate y un surtido
de lechugas org nicas

Turkey Wrap \$9.20

Finas rodajas de pavo, tomates,
lechugas rganicas, queso monterrey
con nuestra Honey Dijon Dressing

Tofu Wrap \$8.95

Nuestro famoso tofu sauteed con
arroz integral orgnico y servido con
zanahorias rajadas y lechugas
orgnicas y nuestro Almond
Dressing.

Chicken Pesto Wrap \$9.20

Pechuga sauteed con
pimientos, tomates y nuestro pesto
org nico, cubierto con "low fat"
mozzarella y lechugas org nicas

Bizcocho del Dia

Bizcocho de Carob o Chocolate \$3.45

Bizcocho de Banana \$3.45

hecho con guineos frescos con
glasse de chocolate

Bizcocho de China \$3.45

hecho con jugo de china fresca
con glasse de china

Bizcocho de Manzana \$3.45

hecho con manzanas frescas con
glasse de canela

Bizcocho de Zanahoria \$3.28

Fresco y delicioso.

Bizcocho de Avena \$3.75

glasse de dulce de leche con
nueces y coco

Halava \$2.25

Un esponjoso postre hecho de
semola tostada y binada con

carrot, celery, apple, beet, fresh
ginger

Choose your Bliss \$3.75

create your own! (any 2)

Organic Green Power \$0.65

spirulina, green barley, chlorella,
alfalfa wheat grass (protein, beta
carotene, 22 vitamins & minerals)

Organic Flax Seed Power \$0.65

linaza (fiber & omega-3 fatty acids)

Protein Power \$0.65

(el poder de proteina)

Cafe, Te y Refrescos

Ginseng Up \$2.15

Leche de Soya \$1.80

Caffe Espresso \$1.60

Caffe Espresso con Leche \$1.70

Cafe Roma (sin cafeina) \$1.70

Cachamai Herbal Digestive Tea \$1.70

(sin cafeina)

Green Tea \$1.95

Increases cancer fighting
antioxidants and stimulates the
immune system to fight disease. Con
cafeina.

White Tea \$1.95

Anti viral and Anti Bacterial effect,
even more cancer fighting
antioxidants than green tea. Con
cafeina.

Chakra Teas Herbal Blends \$2.05

For mind, body and spirit.

Chai Tea \$3.15

Our special blend of fresh sweet
and hot spices combined with
steamed milk, tea and a touch of
brown sugar.

*nueces o frutas y mucha variedad de
sabores.*

Cookies Natural \$1.80

Dulces Naturales

Yogilicious \$4.00

8oz Home Made Yogurt

Natural Toppings \$0.60

*Our Homemade Granola, Raisins,
Walnuts (nueces), Cranberries*