



healthy food menu

**100%
organic food**



MENÚ

POKE FIT IBIZA



BOCADILLOS CON PAN DE SEMILLAS

- Pollo o ternera + tomate + queso fundido + rúcula + parmesano 11,50 €
- Jamón ibérico + tomate + rúcula + mozzarella 12 €
- Pavo + tomate + rúcula + parmesano 9 €
- Salmón + rúcula + aguacate + queso Philadelphia 12 €
- Atún + tomate + queso + aguacate + parmesano 11 €
- Pechuga de pollo + tomate + rúcula + mozzarella + salsa de yogurt griego 11 €

TOSTAS

- Queso de cabra + miel + nueces + parmesano 8,50 €
- Queso de cabra + tomate Cherry + aguacate 8,50 €
- Tomate + jamón ibérico + queso fundido + rúcula 11,50 €
- Tomate + atún + queso fundido + parmesano 9,50 €
- Tomate + huevo revuelto + aguacate 8,50 €
- Tomate + huevo a la plancha + pavo + rúcula 8,50 €
- Tomate + burrata + salmón + aguacate 11,50 €

BRUNCH

- **Desayuno campeones**
(huevo revuelto, jamón ibérico, queso feta, tomates Cherry, aguacate y pan de semillas) 15 €
- **Fitness mix**
(huevos revueltos, jamón ibérico, pavo braseado, queso feta, rúcula, aguacate, nueces, miel, bacón y pan de masa madre) 18,50 €
- **Pancakes proteicos**
(frutas, Nutella fitness o pistachio cream) 12,50 €

EGGS BRUNCH

- Tortilla de 4 huevos + tomate natural + pan de masa madre 12 €
(extras: salmón 4,50€, aguacate 2,50€ o jamón ibérico 4,50€)

MENÚ

POKE FIT IBIZA



POKE

- **Tropical**
(arroz, salmón, mango, aguacate, edamame, pepino, cebolla en salsa de soja) 12,50 €
- **Vegan**
(arroz, tofu, tomates Cherry, nueces, edamame, zanahorias, aguacate) 12,50 €
- **Classic**
(arroz, pollo, maíz, aguacate, tomates Cherry, pepino, wakame) 12,50 €

FIT BURGUER

- A escoger entre pollo o ternera 16,50 €
(Cebolla roja, queso fundido, ensalada, tomate, bacón, huevo)

BOWL

- Bowl de açai con frutas de temporada, granola y crema de almendras 15 €
- bowl de yogurt griego con frutas de temporada 15 €

POKE FIT & HEALTY BUFFET

- Proteína (150g), hidrato, verdura 16,50 €

BEBIDAS

POKE FIT IBIZA



CAFÉS

- Espresso 1,80 €
- Espresso doble 3,50 €
- Cortado 2 €
- Café con leche 2 €
- Café Capuccino 2,50 €
- Café Americano 2 €
- Infusión 2,50 €

CAFÉS ESPECIALES

- Freddo Espresso (tradicional Greek coffee) 4 €
- Protein Latte (café, leche vegetal, whey chocolate) 6,50 €
- Coco Energy Latte (café, leche de coco, colágeno, vainilla) 7,50 €
- Peanut butter coffee (café, leche vegetal, peanut butter, whey vainilla) 8,50 €
- Pink Latte Fitness (remolacha, leche vegetal, whey fresa) 7,50 €
- Salted Caramel Fit Latte (leche vegetal, café, toffee, whey vainilla) 8,50 €
- Lottus coffee 6,50 €
- Matcha lover 4,50 €
- Strawberry matcha 6 €

ZUMOS NATURALES

- NARANJA 5,50 €
- ACE (naranja, zanahoria, limón, jengibre) 6 €
- DETOX (espinacas, manzana, apio, jengibre, pepino) 6 €
- ANTIOX (fresas, frutas del bosque, manzana) 6 €
- CARROT GINGER 6 €

BATIDOS DE PROTEINAS

- Base: Leche vegetal o leche de vaca + whey (extras: Fruta 1€, Peanut butter 1,50€, Avena 0,50€, colágeno y Creatina 2€) 6,50 €