



Pide Online
natto.com.co
305 289 05 64

NATTO BOWLS
Oasis de Sabores

Puntos de venta
C.C. El Tesoro L.1389
Edificio Milla de Oro L.307

Med-Col // info@natto.com.co
[@nattobowls](https://www.instagram.com/nattobowls) [/nattobowls](https://www.facebook.com/nattobowls)





**Nuestro propósito
es ofrecer salud
por medio de la
alimentación**



Nuestra historia comienza en el 2013 como Natto Mercado-Cocina. Fuimos pioneros iniciando un camino hacia la alimentación consciente.

*Le agradecemos a la tierra por todo lo que nos brinda. Somos un **Oasis de Sabores** donde con cada bocado viajamos por el mundo.*

A tí, gracias por estar aquí, vivamos momentos de alimentación plena.

Recuerda que la alimentación empieza en el plato, pero también en tu mente.

Cuida tu alimento, cuida tus pensamientos.



Soda de Lychee



Te Matcha

Bebidas

Frías

Limonada de yerbabuena	10.900
Limonada de sandía	10.900
Limonada de lychee	12.900
Limonada natural	10.900
Guandolo	6.900
Soda Natto Bretaña, frutos rojos, limón y semillas de chía.	12.900
Soda inmune	12.900
Breña, jengibre y zumo de naranja	
Soda lychee	13.900
Breña	6.900
H2O	5.900
Gaseosas	7.900
Soda juniper lemongrass- rosecider	7.900
Aromáticas	5.900
HATSU Hatsu water	4.900
Soda Hatsu	6.900
Te Hatsu	9.900

Cerveza Sol	10.900
Cerveza 3 Cordilleras	10.900
Cerveza Stella Artois	10.900
Opción michelada	2.000
Jarra de sangría Rosé/ Blanca	79.900
Copa de vino	20.900

Calientes

Expresso	5.900
Café americano	5.900
Capuccino	8.900
Capuccino con leche vegetal	10.900
Latte	8.900
Latte con leche vegetal	13.900
Iced Latte	12.900
Iced Latte con leche vegetal	12.900
Buddhi Latte	12.900
Te matcha con leche vegetal	12.900
Te chai con leche vegetal	12.900
Chocolate	9.900
Chocolate con leche vegetal	13.900
Moccacino	12.900
Moccacino con leche vegetal	14.900
Milo	10.900

**Nuestros precios tienen incluido impuesto al consumo
La propina es voluntaria y sugerimos un 10% de servicio

Frutoterapia

Arma
tu batido
funcional



Vitaminas
PARA TI

Terapia basada en el estudio nutricional
y medicinal de los frutos de la tierra.

Batidos

Natto Leche vegetal, Buddhi Blue, vainilla chocoana, banano, arándanos.	15.900
Corazón Zummo de naranja, remolacha y jengibre.	15.900
Detox Espinaca, pepino, apio, jugo de limón y jengibre.	15.900
Protéico Banano, mantequilla de maní y leche vegetal.	15.900
Vital Leche vegetal, avena, fresas, banano y semillas de chía.	15.900
Acaí Harmony Acaí, leche vegetal, banano y coco.	15.900
Purificador Manzana y apio	15.900
Savvy[®] Shake Espinaca, banano, Bone BrothPower [®] caramel vainilla y leche vegetal.	28.900
Veggie Power Leche vegetal, banano, avena y proteína Veggie Power vainilla de Savvy.	28.900

Paso 1

1 Base

- Leche vegetal
- Leche regular
ó deslactosada
- Jugo de Naranja
- Agua

Paso 2

Frutas & Vegetales Elige 2

- Mango
- Papaya
- Sandía
- Manzana verde
- Arándanos
- Banano
- Apio
- Espinaca
- Kale
- Fresa
- Aguacate
- Limón
- Mora
- Zanahoria
- Pepino
- Remolacha

Paso 3

1 Topping

- Chía
- Maní
- Avena
- Nueces
- Cacao
- Linaza
- Maca
- Cúrcuma
- Colágeno
- Coco
deshidratado

Desde
23,900

Atrévete a mezclar,
si conoces la naturaleza
no deberías enfermarte.

Paso 4

1 Booster

- Bone Broth Caramel vainilla
- Bone Broth chocolate
- Veggie Power vainilla
- Padam Buddhi blue
- Cordyceps
- Melena de León

Adiciones

10.900

- Bone Broth
caramel vainilla
- Bone Broth
chocolate
- Veggie Power
vainilla
- Padam
Buddhi Blue
- Cordyceps
- Melena de León

*Puedes agregarlos
a cualquier bebida





Desayunos



Huevos al gusto



Waffle de cheddar y pavo



Bowl Acaí

Bagel

Bagel de semillas con queso papialpa, mermelada de la casa, aguacate, espinaca y pesto.

28.900

+ Huevo 31.900 / + Salmón 38.900

Tostada de aguacate

Pan de masa madre, guacamole, tomate cherry, queso (mozzarella de bufala o papialpa a elección).

23.900

+ Huevo 26.900 / + Salmón 33.900

Calentao

Calentao de frijoles, maicitos, quinua y arroz, en salsa de tomates asados con huevo, hogao, aguacate y tostada de pan.

25.900

Huevos al gusto

2 huevos, pan de masa madre y 3 toppings a elección.

Tomate / maicitos / tocineta / jamón de pavo / champiñones / espinaca / queso parmesano o mozzarella / aguacate.

23.900

Morning wrap

Tortilla, huevos revueltos, espinaca, tomate y queso mozzarella.

21.900

Bowl de acaí

Acaí, granola artesanal, fresas, banano, arándanos, coco, mantequilla de maní y semillas de chía.

29.900

Pudín de chía y avena

Avena en leche de almendras y chía, acompañado de banano, coco, arándanos y un toque de mantequilla de maní.

27.900

Tocineta wrap

Tortilla, huevos revueltos con tocineta y queso, hummus y aguacate.

24.900

Buddhi Bowl

Frozen bowl con espirulina azul, banano, fresas, arándanos, coco y nibs de cacao.

29.900

Waffle cheddar y pavo

Waffles de pandeyuca hechos sánduche con pechuga de pavo, queso cheddar y mermelada de la casa.

38.900

Waffles y huevos especiales

Huevos en cama de tomate, champiñones y queso parmesano con paprika, acompañados de waffle de pandeyuca y aguacate.

35.900

Waffles de pandeyuca

Con miel de abejas y mermelada de frutos rojos.

29.900

Pancakes de banano

Pancakes de banano y fresas acompañados de miel de abejas.

28.900

Waffles de banano con mantequilla de maní

Con fresas, arándanos, nibs de cacao y granola.

28.900

Ensalada de frutas

Ensalada de fresas, mango, banano y arándanos, acompañado de coco deshidratado, nibs de cacao y semillas de chía.

20.900

Con granola y leche vegetal 30.900

Palito de queso

7.900

Croissant 3 quesos

8.900

Bagel de semillas

7.900

Eleva tu energía vital

Para iniciar



Totopos

Kibbes

Tostada de atún

Tostadas de atún

Cubitos de atún en salsa vietnamita acompañados de tomate cherry y aguacate sobre tostada de pan de masa madre. **35.900**

Edamames

Edamames en sal marina y salsa vietnamita. **27.900**

Totopos

Nachos con guacamole y pico de gallo. **23.900**
+ Carne desmechada y cheddar **30.900**

Kibbes

De res y quinua acompañado de hummus. **20.900**

Dumplings

Dumplings rellenos de res en salsa vietnamita. **23.900**

Croquetas de quinua

Croquetas de quinua en salsa de tomates asados. **23.900**

Dip Natto

Pan pita acompañado de dip de pimentón, hummus de garbanzos y aceitunas. **23.900**

Sopas

Tomka Gai

Sopa vietnamita en leche de coco, con pollo, champiñones, ají dulce y cilantro. **33.900**

Tomate

Sopa de tomates asados, parmesano y cilantro. **19.900**

Wraps

Solomito

Tortilla, solomito, arroz en salsa vietnamita, maicitos, frijoles negros, aguacate y mezclum. Acompañado de guacamole cremoso. **47.900**

Pollo y Hummus

Tortilla, espinaca, pollo a la parrilla, aguacate y puerro. **37.900**

D.F

Tortilla, carne desmechada, maicitos, aguacate, tomate, lechuga, frijoles negros y queso mozzarella. **36.900**

Pollo Crispy

Tortilla, mezclum, pollo crispy, queso papialpa, tomate, aguacate, mayonesa texmex y un toque de pesto. **36.900**
Opción tofu crispy. **37.900**

Acompañados

de nachos

con nuestra

mayonesa

tex mex.



Wrap pollo y hummus

Entrepánés

Pavo

Pan de masa madre, tomate, mozzarella de búfala, aguacate, pechuga de pavo, champiñones y mezclum. Acompañado de vinagreta de hierbas. **40.900**

Ropa Vieja

Pan de masa madre, guacamole cremoso, encurtido de repollo, queso cheddar. Escoge desmechada de res o pulled pork. **39.900**

Caprese

Pan de masa madre, mozzarella de búfala, tomates, pesto y un toque de espinaca. **29.900**

Tofu Crispy

Pan de masa madre, tofu crispy, repollo encurtido, pepinillos y lechuga. **29.900**

Aguacate y Hummus

Pan de masa madre, guacamole, hummus de garbanzos, queso asado, con un toque de miel. **29.900**
Con salmón **37.900**

**Acompañados
de nachos
con nuestra
mayonesa
tex mex.**

Ensaladas

Elena

Mozarella de búfala, tomate, rábano, pepino, cebolla morada, aceitunas, mezclum con vinagreta balsámica y filete de salmón. **47.900**

Primavera

Mezclum, pollo crispy, tomate, maicitos, puerro crocante, aguacate con toque balsámico y parmesano. **37.900**

Natto

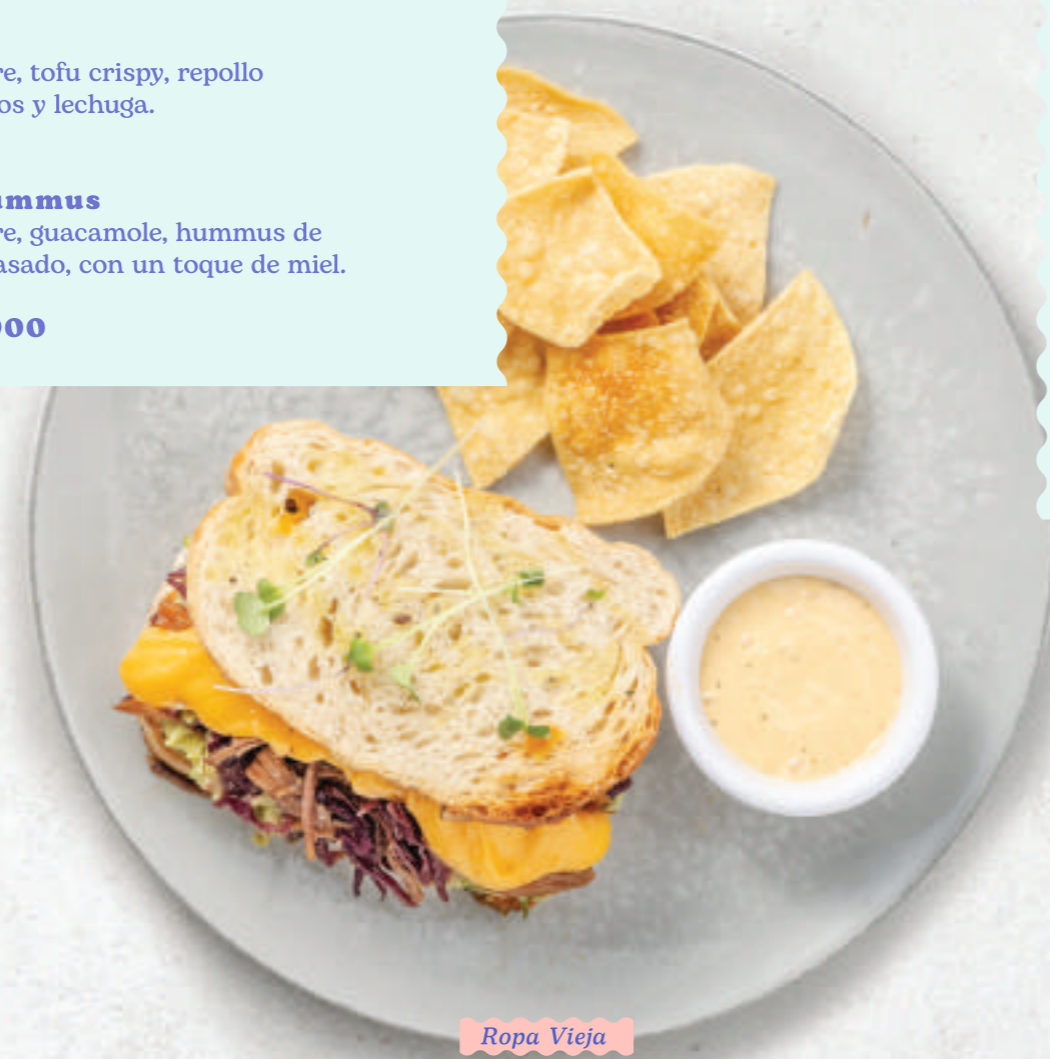
Quinoa, garbanzos, tomate cherry, rábano, aguacate, mezclum con vinagreta de aceite de ajonjolí, semillas de chía y vinagre de arroz. **28.900**
+ Pollo **37.900**

Noodles

Tallarines de arroz, espinaca, repollo, zanahoria, ají dulce, brócoli, acompañado de vinagreta de maní. **Caliente.**
Pollo o Tofu **37.900**
Camarones **38.900**



Caprese



Ropa Vieja



Noodles de Pollo

Natto Bowls

Poke Natto Salmón



Del Agua
Quinoa al pesto, filete de salmón a la parrilla, tomate cherry, maduritos, aguacate, hummus, cilantro y ajonjolí.
49.900

Tijuana
Arroz en salsa de tomates asados, maicitos, fríjoles, aguacate, nachos, pico de gallo.
Solomito **49.900**
Desmechada ó Pollo **37.900**

Asiático
Tallarines de arroz en salsa vietnamita, cebolla, brócoli, zanahoria, champiñones, cilantro y ajonjolí.
Solomito **47.900**
Camarones **39.900**
Pollo **37.900**

Fusión
Arroz en leche de coco y curry, con cebolla, aguacate, zanahoria, plátano maduro, ajonjolí y cilantro.
Solomito **47.900**
Pollo **37.900**

Poke Natto
Con Salmón o Atún
Arroz de sushi, puerro, mango, edamames, palmitos, aguacate, wakame, mayochipotle, ajonjolí y salsa vietnamita.
47.900

Acevichado
Arroz con coco, camarones al ceviche con un toque picante, plátano maduro, mango, aguacate y cilantro.
39.900

Ebi
Arroz, camarones, ajonjolí con cebolla, zanahoria, manzana verde, en salsa de ostras, raíces chinas y aceite de ajonjolí.
39.900

BBQ
Arroz, pulled pork bbq, ensalada coleslaw, aguacate, mayochipotle, cilantro y limón.
29.900

Thai
Tallarines de arroz en leche de coco y curry, cebolla, champiñones, zanahoria, maní y un toque de cilantro.
Camarones **39.900**
Pollo **37.900**

Caribe
Arroz con coco, camarones, aguacate y plátano maduro, cilantro, acompañados de aderezo de maracuyá.
35.900

Bowl Wonton
Tallarines de arroz, wontons rellenos de res, espárragos, maicitos, puerro crocante, en salsa de ostras y aceite de ajonjolí.
37.900

Veggie
Tallarines de arroz en leche de coco y curry, aguacate, brócoli, champiñones, edamames y puerro crocante. Tofu o proteínas de lentejas a elección.
37.900

Hong Kong
Arroz, pollo en salsa de naranja y maní, brócoli, zanahoria, cilantro y ají dulce.
29.900

Tuna Poke
Arroz de sushi, atún encostrado en ajonjolí, zanahoria, pepino, repollo morado, edamames, puerro crocante, acompañado de aderezo de salsa soya y aceite de ajonjolí.
39.900

Bowl Infantil
Arroz, pollo a la parrilla o crispy, maicitos, plátano, aguacate, parmesano y nachos.
27.900

Asiático de camarones



Del Agua



Hong kong



Crea tu Bowl

Elige tu base, proteína, vegetales, toppings y salsas.

Desde 37,900



1 Base

- Arroz
- Quinoa
- Tallarines de arroz
- Arroz con coco
- Arroz de sushi
- Mezclum (Mix hojas verdes)
- Tallarines de zucchini

1 Proteína

- Pulled pork
- Res desmechada
- Proteína de lentejas
- Tofu
- Tofu Crispy
- Kibbes de res y quinoa (3)
- Pollo a la parrilla
- Pollo crispy
- Camarones 2.000
- Pechuga de pavo 10.000
- Salmón a la parrilla 12.000
- Solomito 12.000
- Salmón poke 12.900
- Atún poke 2.000

4 Vegetales

- Maicitos
- Puerro
- Cebolla
- Aguacate
- Zanahoria
- Tomate cherry
- Mézclum
- Repollo encurtido
- Champiñones
- Brócoli
- Cebolla caramelizada
- Rábano
- Mango
- Manzana verde
- Frijoles negros
- Garbanzos
- Kale
- Zucchini
- Wakame
- Pico de gallo
- Plátano maduro
- Pepinillos encurtidos
- Raíces chinas
- Espárragos
- Edamame

1 Aderezo

- Vinagreta hierbas
- Vinagreta maracuyá
- Vinagreta maní
- Pesto
- Hummus
- Salsa Tailandia: leche de coco y curry
- Salsa teriyaki
- Salsa Vietnamita: soya y jengibre.
- Salsa Mediterránea: tomates asados
- Salsa Japón: ostras y ajonjolí.
- Balsámica
- Mayochipotle
- Naranja y jengibre
- Mayo Texmex

2 Toppings

- Garbanzos tostados
- Lentejas tostadas
- Semillas de chía
- Parmesano
- Ajonjolí
- Cilantro
- Nachos
- Maní

Adiciones

- Vegetales 3.900
- Camarón 12.900
- Pollo 10.900
- Hummus 4.900
- Salmón 19.900
- Queso asado ó mozzarella de búfala 8.900



Kibbes, arroz blanco, pepinillos encurtidos, kale, aguacate, rábano, maní y chía; con un toque de vinagreta de maní.



Veggie: Tallarines de arroz en leche de coco y curry, aguacate, tofu, brócoli, champiñones, edamames y puerro crocante.



Arroz con coco, camarones, frijoles negros, puerro crocante, cebolla caramelizada, tomate cherry, lentejas tostadas y un toque de mayochipotle.

Postres & Antojos

**Torta de banano y
mantequilla de maní**
13.900

Torta de zanahoria
13.900

Tartaleta de cacao y coco
16.900

**Tartaleta de pistacho y
mantequilla de maní**
16.900

Brownie de Milo
9.900

Blondie keto de macadamia
15.900

Galleta
8.900

Palito de queso
7.900

Croissant
8.900

Bagel de semillas
8.900

*Acompáñalos con mermelada de
frutos rojos, miel o queso crema*
+3.900

Torta de zanahoria



Blondie keto de macadamia



Brownie de Milo

Galletas



Tartaleta de cacao y coco

Tartaleta de pistacho y mantequilla de maní

**Sé tu
punto de
equilibrio**

Vinos

750 ml

Tintos

Ramón Bilbao tempranillo 130.900
Santa Helena Varietal 79.900

Jarra de Sangría Rosé/ Blanca 79.900
Copa de vino 20.900

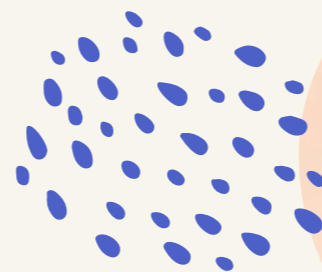
Blancos

Ramón Bilbao verdejo 130.900
Santa Helena Varietal 79.900



Puerro 26.900
Repollo encurtido 23.900
Vinagreta de maracuyá 19.900
Vinagreta de hierbas 19.900
Cebollas caramelizadas 33.900
Hummus 21.900
Salsa tailandia 33.900

Natto en casa



Nuestro Oasis de Sabores en tu casa.



Catering

Lleva nuestro *Oasis de Sabores*
a tus eventos y reuniones corporativas

info@natto.com.co