

# Desayunos estudioeSe

*Esta iniciativa ha sido creada para reflejar nuestra filosofía de bienestar entre estudio eSe (Barre, pilates y entrenamiento) y la gastronomía de Lúa en todas sus formas.*

*Te invitamos a que encuentres equilibrio entre energía, disfrute y nutrición, pensado para despertar todos tus sentidos.*

*Es el complemento perfecto para empezar tu día, cuidándote sin renunciar al placer de un buen desayuno.*

## La zona dulce

### **Yogu-matcha bowl. 9€**

Matcha+espirulina, granola, plátano y chía con un poquito de sirope de agave.

*(alérgenos: lactosa, gluten)*

### **Berries and cream. 6,5€**

Tosta con queso crema, frutos rojos, naranja y chips de chocolate negro.

*(alérgenos: gluten, lactosa)*

### **Brownie eSe. 6€**

Gluten free, cremoso, con tahini, plátano y nueces.

*(alérgenos: frutos de cáscara, lactosa).*

## Para beber

### **Orange-matcha. 7€**

Zumo de naranja natural con hielo y té matcha.

## Disfruta salado

### **Tostada toscana. 7,50€**

Tosta con queso ricota, albahaca crujiente y tomates secos en AOVE, con sus puntos de pesto genovés

*(alérgenos: frutos de cáscara, lactosa y gluten)*

### **Revuelto de cecina y queso de cabra. 8€**

Huevos revueltos con cecina de León, queso de cabra a la plancha y semillas con su tosta de pan.

*(alérgenos: lactosa, gluten)*

### **Croissant ibérico. 7,50€**

.Croissant de mantequilla con jamón ibérico y queso San Simón fundido

*(alérgenos: gluten, lactosa)*

Todas las tostas pueden pedirse con pan sin gluten (+1€) El batido se puede hacer con leche vegetal de avena (+0,30€) o de guisante (+0,40€)