



MERIENDAS
con **S**entido

MENÚ

ALIMENTACIÓN
ATENCIÓN
INTENCIÓN



BEBIDAS CALIENTES

Hidratación consciente e intuitiva



INFUSIONES CON ALMA

InfusiOM de Sultana

Cáscara de café deshidratada

Bs. 10

InfusiOM de Cascarilla de Cacao

Cáscarilla de cacao infusionada

Bs. 15

TÉS CON CALMA

Té OM

Jengibre fresco, ramitas de canela y
Miel de Lavanda OM

Bs. 15

Masala Chai

Mezcla milenaria de la India de té negro, anís
estrella, jengibre, canela, cardamomo
y más especias

Bs. 15

Masala Chai Latte

Masala Chai con leche animal o vegetal

Bs. 20



CAFÉS CON DESTELLOS DE LUZ

Café Manchado

Bs. 20

Café en prensa francesa con leche texturizada

Café Cortado

Bs. 20

Café en prensa francesa con jarrita de leche texturizada

Café Prensa Francesa

Bs. 15

Café puro infusionado en prensa francesa

Café Frío

Bs. 20

Café con leche y hielo



LECHES DE VÍA LÁCTEA

Golden Milk Leche Dorada

Bs. 20

Tradicional preparación de la India a base de cúrcuma, leche de coco, pimienta negra, canela y otras especias

Golden Latte

Bs. 25

Leche Dorada con leche extra de coco o leche animal texturizada

Moon Milk

Bs. 25

Leche hervida con lavanda, cardamomo, clavo de olor, canela y nuestro toque secreto de la casa

Cacao Drops

Bs. 25

Leche caliente con gotas de chocolate semi amargo al 70%



BEBIDAS FRÍAS

Hidratación consciente e intuitiva

AGUAS FRESCAS RESPLANDECIENTES

Agua de Luna Roja

Bs. 15

Flor de Jamaica con frutos rojos y limón

Jamu

Bs. 15

Milenaria bebida medicinal y herbal.
Originaria de Indonesia a base de cúrcuma,
jengibre, limón y miel de abeja

Aguas del Elixir

Bs. 15

Macerado de frutas, plantas, especias y
hierbas

* Consulta en barra y prueba nuestros
SHOTS DEL ELIXIR

ZUMOS LUMINOSOS

Zumo OM

Bs. 15

Extracto de zanahoria y jengibre

Zumo Verde

Bs. 15

Espinaca, acelga, apio, manzana
verde y jengibre

Zumo de Naranja

Bs. 15

Puro zumo de naranja

MERIENDAS SALADAS

Alimentación física, emocional y espiritual

MERIENDAS CON HUEVOS

Huevos OM

Bs. 20

Huevos revueltos con tomates cherry, cilantro, ajo y aceite de oliva.
Acompañados con pan de masa madre

Tosta Salvaje

Bs. 20

Huevo pochado en tosta de pan de masa madre con cama de palta, pesto de cilantro, mix de semillas y rabanitos

Huevos Turcos

Bs. 25

Huevos pochados con yogurt griego, cilantro, limón, paprika y cayena.
Acompaanados de pan de masa madre

OM-elette

Bs. 20

Tortilla de huevos con tomate, ajo, cilantro, gotas de limon y mantequilla Ghee

**Puedes agregar a tu pedido:
pan, huevos o palta extra por Bs. 5*





MERIENDAS SIN HUEVOS

Hummus con Pan Naan

Bs. 25

Hummus de garbanzo con canela, distintas especies y acompañado de pan Naan de la casa elaborado con yogurt griego y fino aceite de oliva

Naangarita

Bs. 25

Pan Naan de la casa elaborado con salsa de tomate Margarita, queso mozzarella y albahaca

Pan Tumaca

Bs. 20

Tosta de pan de masa madre con tomate triturado, ajo, fino aceite de oliva y tomillo



MERIENDAS DULCES OM

Alimentación física, emocional y espiritual

DULCE CONSTELACIÓN

Panqueque Vegano

Panqueque de chocolate semiamargo elaborado con plátano, harina y leche de avena

Bs. 25

Tostada Francesa Boreal

Tostada de pan de masa madre con frutas, Miel de Lavanda

Bs. 25

FRESCA Y FRUTAL LATITUD

Bananas OM

Yogurt griego, banana, miel de caña

Bs. 15

Papaya Bowl

Papaya rellena de ensalada de frutas, cremoso de chía con remolacha, granola, salsa de maracuyá y Miel de Lavanda

Bs. 25

Avena GRATITUD

Avena cremosa de cúrcuma con canela, leche de avena, frutas de temporada, salsa de maracuyá y miel

Bs. 25

Parfait

Ensalada de frutas OM con yogurt griego, granola y Miel de Lavanda

Bs. 25

PROBIÓTICOS AYURVÉDICOS

LASSI DOSHAS

Bs. 20

Lassi Kapha

Lassi Pitta

Lassi Vata

Yogurt probiótico ayurvédico sabor mango o fresa con cardamomo y menta.
Especial para cada biotipo

Super hidratante y digestivo

¡Consulta los sabores según tu biotipo!



TIENDITA

Universo OM

Galleta OM Bs. 10
Galleta de mantequilla Ghee con cúrcuma



Queque de plátano Bs. 12
Queque elaborado con yogurt griego

Pan de masa madre Bs. 25
Pan Naan (4 unidades) Bs. 20

Gluten Free Galletas, queques y panes



Leches vegetales
Nuez, almendra, avena y otros a pedido



HĀSANA

casa de bienestar

PEDIDOS OM 
(+591) 77375235

HORARIOS

Lun a Vier

Mañanas de 7:30am a 12:30pm

Tardes de 4:00pm a 7:00pm

Sábados

Mañanas de 8:30am a 12:30pm



EQUIPETROL
CALLE 6 OESTE
TUCUMÁN NRO. 13 B
HZS (+591)78555773

WWW.HAZSANA.COM



VISHUDDHA CHAKRA



@OMHAZSANA