

CARTA | MENU

BOWLS

Saludables y Deliciosos
Healthy & Tasty



FRUTAS | FRUITS

Ensalada de frutas de temporada
Seasonal fruit salad

* EXTRA:

- yogur | yogurt
- yogur de coco | coconut yogurt

GRANOLA YOGURT

Yogurt griego con nuestra granola casera y frutos rojos
Greek yogurt with our homemade granola & berries

* EXTRA: yogur de coco | coconut yogurt

OATLY

Copos de avena con leche *, con toppings de granola, canela, manzana, sirope de agave, semillas de chia y crema casera de frutos secos

Oats flakes with milk *, granola, cinnamon, agave syrup, apple, chia seeds & homemade nut butter toppings

* OPCIÓN LECHE VEGETAL | VEGETABLE MILK OPTION

Avena, Almendra y Coco
Oatmilk, Almond & Coconut

GREEN VALLEY

Base de plátano, piña, naranja, zumo DETOX y espirulina verde con toppings de coco, semillas de chia, arándanos, frambuesas, pipas de calabaza y crema de frutos secos

Banana, pineapple, orange, DETOX juice & green spirulina, base with coconut, chia seeds, blueberries, raspberries, pumpkin seeds & nut butter toppings

PROTEIN AÇAÍ

Base de açai, plátano, frutas del bosque, mango y leche de almendra con toppings de moras, plátano, fresas, nuestra granola casera, semillas de chia, coco y crema de frutos secos

Açaí, banana, berries, mango & almond milk base with blackberries, banana, chia seeds, strawberries, our homemade granola, coconut & nut butter toppings

MEDITERRANEAN BLUE SEA

Base de plátano, aguacate, dátiles, espirulina azul y leche de almendras con toppings de arándanos, fresas, frambuesas, plátano, coco, nuestra granola casera, semillas de chia, nibs de cacao y crema de frutos secos

Banana, avocado, dates, almond milk & blue spirulina base with our homemade granola, blueberries, raspberries, strawberries, banana, coconut, chia seeds, cocoa nibs & nut butter toppings

PAN | BREAD [*]

100% ecológico de masa madre | Opción sin gluten
organic sourdough bread | GF Option



TOSTADAS ECO | ORGANIC TOAST

- Aceite de oliva y tomate 2.80
Olive oil & tomato
- Mantequilla y mermelada casera 2.80
Butter & homemade jam
- Crema de frutos secos y mermelada casera 3.70
Nut butter & homemade jam
- OPCIÓN PAN CASERO SIN GLUTEN +2.80
FREE HOMEMADE BREAD

MOLLETES | BUNS

- Jamón Ibérico 4.90
Iberian Ham
- Pavo y queso 4.00
Turkey & cheese

PANCAKES

De avena y plátano con frutos rojos y nutella casera o crema de frutos secos
Oat & banana pancakes with berries & homemade nutella or nut butter

CROISSANT

- Mantequilla y mermelada casera 3.00
Butter & homemade jam
- Crema de cacao casera 3.30
Homemade cacao cream
- Pavo y queso 4.20
Turkey & cheese
- Salmón, queso crema y rúcula 6.90
Salmon, cream cheese & rocket



HUEVOS | EGGS [*]

Ecológicos de Manilva

Free range organic eggs from Manilva

OMMELETTE

Pregunte por nuestros | Ask for our EXTRAS [*]

SANPEDREÑO

Huevos al horno con pisto de verduras orgánicas

Baked eggs with organic vegetable ratatouille

SOUTH

Huevos revueltos con aguacate, tomate, queso fresco payoyo y albahaca sobre pan Eco

Scrambled eggs with avocado, tomato, fresh payoyo cheese & basil on organic bread

FRITOS ANDALUCES

Huevos con espárragos verdes a la plancha,

ajo, cebolletas y jamón ibérico

Fried eggs with grilled green asparagus, garlic, spring onions & Iberian ham

SILVESTRE

Nuestros huevos Benedict de rosti de calabacín y batata, salmón marinado, salsa holandesa de cúrcuma y azafrán

Our courgettes rosti eggs Benedict & sweet potato with marinated salmon, saffron & turmeric hollandaise sauce

* OPCIÓN PAN CASERO SIN GLUTEN
FREE HOMEMADE BREAD

EXTRAS

• Verduras Vegetables	+0.50
• Queso Cheese	+1.50
• Pavo Turkey	+2.50
• Huevo Egg	+2.30
• Aguacate Avocado	+2.80
• Pollo Chicken	+3.00
• Beicon Bacon	+3.00
• Salmón marinado casero Homemade marinated salmon	+3.50



GREEN ZONE

TOSTADA DE AGUACATE AVOCADO ON TOAST

* OPCIÓN PAN CASERO SIN GLUTEN
FREE HOMEMADE BREAD

Tofu ahumado, cilantro, chili flakes y micromezclum

Smoked tofu, coriander, chilli flakes & micromezclum

SANDWICH DE LA HUERTA

Con pan de masa madre | with sourdough bread

* OPCIÓN PAN CASERO SIN GLUTEN
FREE HOMEMADE BREAD

Verduras asadas, queso fresco de cabra malagueña a la plancha, pesto casero y micromezclum

Roasted vegetables with Malaga goat fresh cheese, homemade pesto & micromezclum

GUARNICIÓN A ELEGIR: BATATAS FRITAS O ENSALADA
GARNISH TO CHOOSE: SWEET POTATO CHIPS OR SALAD

VEGAN BURGER

* BRIOCHE DE CENTENO CON PASAS
HOMEMADE RYE BRIOCHE WITH RAISINS

Beyond Meat®, cebolla caramelizada, tomate, aguacate, mix de ensalada y salsa vengana SOUTH

Beyond Meat®, caramelized onions, tomato, avocado, mix salad & vegan SOUTH sauce

GUARNICIÓN A ELEGIR: BATATAS FRITAS O ENSALADA
GARNISH TO CHOOSE: SWEET POTATO CHIPS OR SALAD

CURRY GITANO

Garbanzos en curry cremoso, burrata y crujiente de batata

Chickpeas in creamy curry, burrata & sweet potato crisps

GREEN ZOODLES

Noodles de calabacín fresco, tomates cherry, tofu ahumado, edamame y pesto

Fresh zucchini noodles, cherry tomatoes, smoked tofu, edamame & pesto

VEGAN PROTEIN BOWL

Salteado de quinoa o trigo de sarraceno, verduras, tofu ahumado y anacardos especiados

Stir-fry quinoa or buckwheat, vegetables, smoked tofu & spiced cashews



ENTRADAS | STARTERS

SOPA DEL DÍA
SOUP OF THE DAY

7.20

WILD SALAD

13.90

Ensalada de berenjena y calabacín asado, rúcula, rábanos, germinados, anacardos especiados y vinagreta de cítricos con salmón y aguacate
Roasted aubergine & zucchini salad, rocket, radish, sprouts, spiced cashews & citrus vinaigrette with salmon & avocado

QUINOA POWER

13.20

Ensalada de 3 quinoa, lino, hinojo, pepino, granada y avellanas garrapiñadas con salsa de frutas de la pasión
3 quinoa mix salad, flax seeds, cucumber, pomegranate, fennel & caramelized hazelnuts with passion fruit dressing

TOMA TOMATE

13.20

Ensalada templada de tomates cherrys, rúcula, queso burrata y vinagreta balsámica
Warm cherry tomato salad, rocket, burrata cheese & balsamic vinaigrette

POKE DE SALMÓN

15.90

Poke de trigo sarraceno con salmón, edamame, daikon, aguacate, rábano rojo, sésamo negro, pepino y salsa poke
Buckwheat poke with salmon, edamame, daikon, avocado, black sesame, cucumber & poke sauce

INFANTIL KIDS MENU

NUGGETS

8.50

Rebozado caseros de pollo con batatas fritas
Homemade chicken nuggets with sweet potato chips

BABY WRAP

9.00

Pollo, queso y mix de ensalada
Chicken, cheese & salad mix



PRINCIPALES | MAINS

SOUTH BURGER

14.90

* BRIOCHE DE CENTENO CON PASAS
HOMEMADE RYE BRIOCHE WITH RAISINS

Ternera de Retinto, cebolla caramelizada, queso de Coín, mix ensalada y Chipotle mayo
Retinto Beef, caramelized onion, cheese from Coin, mix salad & Chipotle mayo

GUARNICIÓN A ELEGIR: BATATAS FRITAS O ENSALADA
GARNISH TO CHOOSE: SWEET POTATO CHIPS OR SALAD

FRESH CHICKEN WRAP

13.50

Pollo, yogurt, manzana, queso de cabra, mix ensalada y vinagreta de mostaza
Chicken, yogurt, apple, goat cheese, salad mix & mustard vinaigrette

GUARNICIÓN A ELEGIR: BATATAS FRITAS O ENSALADA
GARNISH TO CHOOSE: SWEET POTATO CHIPS OR SALAD

SUNNY WRAP

13.50

Gambas, mango, sweet chili, chipotle mayo y mix ensalada
Prawns, mango, sweet chili, chipotle mayo & salad mix

GUARNICIÓN A ELEGIR: BATATAS FRITAS O ENSALADA
GARNISH TO CHOOSE: SWEET POTATO CHIPS OR SALAD

GAMBAS ZOODLES

14.50

Noodles de calabacín fresco, tomates cherry, gambas, chili flake y pesto
Fresh zucchini noodles, cherry tomatoes, prawns, chili flake & pesto

PROTEIN CHICKEN BOWL

15.70

Salteado de quinoa, verduras, pollo y anacardos especiados
Stir-fry quinoa, vegetables, chicken & spiced cashews

ALGO DULCE | SOMETHING SWEET

TREATS | VEGAN

Sin Gluten y Sin Azúcar refinada
Gluten & refined Sugar Free

3.00

TWIX

Sin Gluten y Sin Azúcar refinada
Gluten & refined Sugar Free

7.00

BANOFEE

Sin Gluten y Sin Azúcar refinada
Gluten & refined Sugar Free

7.00

BROWNIE - Sin Gluten Free

7.00

CARROT CAKE - Sin Gluten Free

7.00

APPLE CRUMBLE - Sin Gluten Free

7.00



IVA INCLUIDO • VAT INCLUDED

ALÉRGENOS | ALLERGIES

SI USTED ES ALÉRGICO A ALGÚN ALIMENTO, POR FAVOR COMUNIQUELO A NUESTRO PERSONAL, GRACIAS.
IF YOU ARE ALLERGIC TO ANY FOOD, PLEASE TELL OUR STAFF, THANK YOU.



EGGS
HUEVOS



SULPHITES
SULFITOS



MUSTARD
MOSTAZA



WITH SOYA
CON SOJA



LUPINS
ALTRAMUZZES



CELERY
APIO



NUTS
FRUTOS SECOS



MILK
LÁCTEOS



WITH GLUTEN



FISH
PESCADO



MOLLUSCS
MOLUSCOS



CRUSTACEANS
CRUSTÁCEOS



SESAME
SÉSAMO



PEANUTS
CACAHUETES

BEBIDAS | DRINKS

ZUMOS | JUICE 100% NATURAL

3 EN 1	7.00
Remolacha, zanahoria y naranja	
Beetroot, carrot & orange	
DETOX	7.00
Manzana, piña, apio, pepino y espinacas	
Apple, pineapple, cucumber, celery & spinach	
WAKE ME UP	7.00
Manzana, pepino, zanahoria, apio y jengibre	
Apple, cucumber, carrot, celery & ginger	
LA VIDA ROSA	7.00
Naranja, pomelo rosa, frambuesa, manzana y fresa	
Orange, pink grapefruit, raspberry, apple & strawberries	
FRUTIFY	7.00
Naranja, piña y fresa Orange, pineapple & strawberry	
AMAZONIA	7.00
Manzana, piña, naranja y açai	
Apple, pineapple, orange & açai	
NARANJA NATURAL FRESH ORANGE	4.00
TU ZUMO YOUR OWN JUICE	7.00
CHUPITO DE GENGIBRE GINGER SHOOT	3.50
CHUPITO DE CÚRCUMA TURMERIC SHOOT	3.50
* EXTRA: Fruta o Verdura Fruit or Vegetable	+0.60

CAFÉ | TÉ ORGANIC

Procedente de Brasil y tostado por :
From Brazil and roasted by :
I N E
F F A
B L E

CAFÉ COFFEE	
ESPRESSO	2.20
DOBLE ESPRESSO	2.50
AMERICANO	2.50
CORTADO	2.50
DOBLE CORTADO	2.70
CAFÉ CON LECHE	N. 3.00 L. 3.80 XL. 4.40
CAPPUCCINO	3.50
MOCCA	4.00
LATTE MACHIATTO	3.80
ICED LATTE	6.00
* OPCIÓN LECHE VEGETAL VEGETABLE MILK OPTION [Avena, Almendra Oatmilk, Almond]	+0.70
FRAPPUCCINO	6.00
Café Latte Mocca Green Matcha Chai	
* OPCIÓN LECHE VEGETAL VEGETABLE MILK OPTION [Avena, Almendra Oatmilk, Almond]	+0.70

TÉS TEA	
BREAKFAST	3.50
EARL GREY	3.50
MATCHA MORINGA	3.50
BLANCO WHITE	3.50
Té blanco, canela y cítricos	
White tea, cinnamon & citrics	
ROOIBOS ANTIOX	3.50
INFUSIÓN ALCALIZANTE ALCALINE	3.50
FITNESS	3.50
Cáscara de cacao y mate Cocoa husks & mate	
CALMA CALM	3.50
Infusión de frutas, canela y vainilla	
Cinnamon, vanilla & fruit infusion	
VEGGIE CHAI	3.50
Zanahoria, jengibre, especias y cúrcuma	
Carrot, ginger, spices mixs & turmeric	
DIGESTIVO DIGESTIVE	3.50
Hierbas Mediterráneas digestivas y jengibre	
Mediterranean herbs digestive & ginger	
CÚRCUMA TURMERIC LATTE	4.00
CHAI LATTE	4.20
GREEN MATCHA LATTE	4.20
POWER MATCHA CHAI LATTE	4.50
ICED MATCHA	6.00

SMOOTHIES

GUAJAR	7.50
Aguacate, sirope de agave y leche de almendra	
Avocado, agave syrup & almond milk	
VEJER	7.50
Fresa, piña, plátano, chia y leche de almendra	
Strawberry, pineapple, banana, chia & almond milk	
CHAOEN	7.80
Aguacate, fresas, dátiles, miel y leche de almendra	
Avocado, strawberries, dates, honey & almond milk	

BATIDOS | MILKSHAKES

SABORES FLAVORS	7.00
Fresa, plátano, vainilla o chocolate	
Strawberry, banana, vanilla or chocolate	
OREO	7.00

REFRESCOS | SOFT DRINKS

AGUA WATER	2.50
AGUA CON GAS SPARKLING WATER	2.70
KOMBUCHA	5.20
• GREEN BLIS	
Lavanda, Lemongrass y Espirulina Lavender, Lemongrass & Spirulina	
• BLOODY BOOCH	
Naranja Sanguina y Arándanos Blood Orange & Blueberries	
• SUPER ROOTS	
Jengibre y Cúrcuma Ginger & Turmeric	

CERVEZAS | BEER

BARRIL DRAFT		
• ALHAMBRA	I Caña Small	2.70
• ALHAMBRA	I Pinta Large	5.00
BOTELLA BOTTLE		
• MAHOU 0,0	I Tostada	3.50
• MAHOU	I Sin Free Gluten	3.80
• ALHAMBRA	I Reseva	3.50
• ALHAMBRA	I IPA	3.80

VINOS | WINES

	COPA GLASS	BOTELLA BOTTLE
BLANCO WHITE	3.50	21.00
ROSADO ROSE	3.50	21.00
TINTO RED	3.80	22.00
TINTO de VERANO	4.50	

IVA INCLUIDO • VAT INCLUDED