

eten

Graag bestellen aan de bar

Lunch | 11:00 - 16:00

Crispy salade rol | 14

rijstvel, wortel, spitskool, komkommer, kiemen, noedels, tempeh, cassave & dipsaus (paprika- of satesaus)

Gado gado bowl | 12

spitskool, wortel, broccoli, kiemen, peasmakers, pinda's & satesaus
met ei + 1

Sukha sandwich | 12

huisgemaakt brood, zongedroogde tomaten, artisjok, feta & olijven
feta (ipv feta) + 0.5
met ei + 1

Club grilled veggies | 13

huisgemaakt brood, hummus, aubergine, courgette & paprika

Omelet | 10

huisgemaakt brood & ei
met seizoensgroenten + 1.5

Tosti | 7

huisgemaakt brood & belegen kaas.
met curry of ketchup

Pure ingrediënten



Ons hele menu wordt bereid met zoveel mogelijk onbewerkte, biologische, plantaardige en glutenvrije ingrediënten. Heb je een allergie? Laat het ons weten.

All day Ontbijt | 8:30 - 17:00

Yoghurt bowl | 9

soja- of kokosyoghurt, granola & seizoensfruit
met koeyoghurt + 1

Overnight oats | 7

havermout, havermelk, lijnzaad, gember, chiazaad, kaneel, noten & seizoensfruit

Wafels met fruit | 10

op basis van havermeel, boekweitmeel & zoete aardappel & seizoensfruit

Sterke start | 6

smoothie met banaan, pindakaas of amandelpasta & dadels

Next generation | 08:30 - 17:00

Beren broodje | 3.5

huisgemaakt brood, pindakaas & banaan

Broodje aardbei | 3.5

huisgemaakt brood, aardbeien



planeet
aardig

We hebben ons menu aangepast aan één van de grootste uitdagingen van deze tijd: milieu-impact en toegang tot 'gezonder' eten. Moeten we dan allemaal vegan en healthfreaks worden? Nee hoor. We geloven er wel in dat meer plantaardig nodig en zoveel mogelijk onbewerkt nodig is. En dat dit super lekker kan zijn, laten we je hier graag proeven.



Wij zijn Sukha Life

De meest vreugdevolle versie van jezelf worden. Dat word je door je ziel, lijf en geest goed te voeden. Daarom kun je bij Sukha Life al deze aspecten verkennen en ontwikkelen. Wij zijn een plek waar werelden samenkomen. Waar je relaxt, verbindt, werkt, beweegt, leert, inspireert, eet en drinkt. Een plek waar je echt thuiskomt dus.

Foodbar

Onze foodbar is de hele dag geopend. Schuif aan voor warme dranken, sappen, een opbeurende lunch of gewoon een lekkere verantwoorde snack. Allemaal eerlijk en puur.

Winkel

Wil je jezelf of iemand een leuk cadeautje geven? Ook dat kan bij Sukha Life. Onze schappen zijn gevuld met mooie producten van hoofdzakelijk lokale ondernemers met oog voor duurzaamheid.

Flexwerken

Ideaal voor freelancers en thuiswerkers die op zoek zijn naar een fijne werkplek en duurzame kruisbestuiving. Onze flexwerkplekken zijn ook te boeken via onze website.

Workshopruimte

Te boeken voor jouw activiteiten die bijdragen aan het bevorderen van fysieke, mentale en emotionele gesteldheid. Mail naar boeking@sukhalife.nl voor meer informatie of bezoek onze website om te zien wat er op de agenda staat.



Check de agenda

Voor meer informatie over prijzen en reserveren:
zie www.sukhalife.nl

Joy for the Soul Power for the Body Zen for the Mind

drinken

Graag bestellen aan de bar

Warme dranken

Koffie | 3.5

zwart

Koffie verkeerd* | 4

espresso & warme melk

Cappuccino* | 4

shot espresso, warme melk & melkschuim

Babyccino* | 2.2

warme melk & melkschuim

Latte macchiato* | 4.4

shot espresso, extra warme melk & melkschuim

Espresso | 3.1

shot espresso

Dubbele espresso | 3.9

dubbele shot espresso

Flat white* | 4.5

dubbele espresso & melkschuim

Thee | 3

diverse yogi thee smaken

Potje thee voor twee | 4.5

smaken: earl grey, jasmijn of kamille

Plantaadigheidje



* Keuze uit amandel-, haver-, koe-, kokos- of sojamelk.
Plantaadige melk = €0,20 korting op de vermelde prijs.

Verse munt thee | 3.6

honing kun je bij de bar halen

Verse gember thee | 3.6

optioneel met sinaasappel of citroen

Warme chocomelk* | 3.8

melkchocolade

Specials

Matcha latte* | 4.4

groene thee uit Japan, warme melk & melkschuim

Chai latte* | 4.4

specerijenmix, warme melk & melkschuim

Dirty chai* | 4.8

chai latte met een shot espresso

Golden chai* | 4.4

kurkuma & warme melk

Sacred cacao* | 4.8

wildgeplukte cacao uit Peru met melk of water
smaken: neutraal, match mint, chili of rose

Pumpkin spice | 4.8

warme haverdrink & specerijenmix

eerlijk
& puur
genieten

We hebben de drankenkaart ontwikkeld met producten van leveranciers die rekening houden met jouw gezondheid en met die van de planeet, waaronder: Bocca, Naturfrisk en Dem Good Chai en dat proef je.



drinken

Graag bestellen aan de bar

Fris

Naturfrisk bitter lemon | 3.5

Naturfrisk cola | 3.5

Naturfrisk vlierbloesem | 3.5

Naturfrisk ginger ale | 3.5

Naturfrisk ginger beer | 3.5

Naturfrisk tonic | 3.5

Appelsap | 3.3

Appel-perensap | 3.3

Appel-aardbeiensap | 3.3

Spa rood | 3.3

Limo | 1.9

smaken: framboos of vlierbloesem

Lekker voor erbij

Appelkruimel | 4.5

Worteltaart | 4.9

Snickie | 3.5

Twiksie | 3.5

Wisselend gebak | 4.5

check de vitrine

Frisser

Ijsthee | 3.9

zonder toegevoegde suikers

smaken: gember-rooibos, citroen-limoen-mint
of kamille-perzik-sinaasappel

Kombucha | 4.4

gefermenteerde drank op basis van thee

smaken: gember, passie of yuzu

Waterkefir | 4.4

bevat natuurlijke probiotica

smaken: gember-citroen, passie-hop
of limoen-mint

Smoothies

Beter brein | 6

banaan, rood fruit, zwarte peper & ginseng

Zonneschijn | 6

banaan, geel fruit & macapoeder

Sterke start | 6

banaan, pindakaas of amandelpasta, dadels

Watertje erbij?



Die mag je gratis zelf tappen bij de bar wat je ook bestelt. Glazen staan eraanst.

beter
voor
iedereen

Bijna al onze zoetigheden zijn huisgemaakt met glutenvrije, plantaardige en biologische ingrediënten. Ook zonder geraffineerde suikers. Lekker én een stuk gezonder dus!

