



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. Voorin is het mogelijk één uur achter je laptop te werken. Wil je langer? Dan kun je onze flexwerkplek boeken.

Workshopruimte

Te boeken voor jouw activiteiten die bijdragen aan het bevorderen van fysieke, mentale en emotionele gesteldheid. Mail naar booking@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

eten

Graag bestellen aan de bar

All day ontbijt

Overnight oats | 7.95

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

Yoghurt bowl | 9

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

Wafels met fruit | 10

op basis van havermeel, boekweitmeel, zoete aardappel & seizoensfruit

Smoothie sterke start | 6.5

met rijstdrink, banaan, dadel & notenpasta
smaken: amandel, hazelnoot, pinda & pistache

Next generation

Beren broodje | 3.5

pindakaas & banaan

Broodje fruitbeleg | 3.5

aardbeien fruitbeleg (jam op basis van fruitsuikers)

Tosti | 7.95

vegan kaas, rauwkost, chips & saus (curry, ketchup of mayo)
met belegen koe kaas i.p.v. vegan kaas + 1

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 lunch

Zomer salade rollen | 14.5

rijstvel, rijstnoedels, avocado, gerookte tofu, kiemen, komkommer, mango, spitskool, wortel, en dipsaus (paprika- of satésaus)
Halve portie (1 rol) | 8.5

Sukha salade | 14.5

rijstpasta, slamelange, artisjok, feto, pesto, pijnboompitten, olijven, cherrytomaten, zontomaten & zaden pittenbrood
met feta i.p.v. feto + 1

Club grilled veggies | 13

aubergine, courgette, paprika & hummus van boterbonen

Omelet | 9.5

zaden pittenbrood, paprikasaus & vegan ei
met ei i.p.v. vegan ei + 1

Kom soep | 7

tomaat-basilicum of Thaise curry. Door een ander gemaakt, wel verantwoord!

Open face tosti | 8.5

vegan mozzarella, tomaat, pesto & rucola
met koe mozzarella i.p.v. vegan mozzarella + 1

Extra's

feto + 1	feta + 1.5
seizoensgroenten + 1.5	gekookt ei + 1
vegan kaas + 1	koekaas + 1.5

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 en zoveel mogelijk onbewerkt eten nodig is. En dat dit super lekker kan zijn, laten we je hier graag proeven.



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

warme melk & melkschuim

Latte macchiato* | 4.5

shot espresso, extra warme melk & melkschuim

Espresso | 3.1

shot espresso

Dubbele espresso | 3.5

dubbele shot espresso

Flat white* | 4.5

dubbele espresso & melkschuim

Extra shot espresso | 0.5**Yogi thee | 3**

diverse yogi thee smaken

Kop thee | 3.3

smaken: earl grey, jasmijn, kamille, rooibos of sencha

Potje thee voor twee | 4.9

smaken: earl grey, jasmijn, kamille, rooibos of sencha

Verse munt thee | 3.6

zoetstof kun je bij de bar halen

Verse gember thee | 3.6

optioneel met sinaasappel of citroen

Warme chocomelk | 3.8

melkchocolade

Specials

Matcha latte* | 4.8

groene ceremoniële premium thee uit Japan, melk & melkschuim. Onze matcha is standaard zonder zoetstoffen, deze kun je halen bij de bar

Chai latte* | 4.5

specerijenmix & warme melk. Onze chai is kruidig en theïne vrij

Dirty chai* | 4.8

chai latte met een shot espresso

Golden chai* | 4.5

kurkuma & warme melk

Sacred cacao* | 4.5

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

Ijsversie | + 0.2

Plantageigheidje



* Keuze uit amandel-, haver-, kokos, soja- drink of koemelk.
Plantageigheidje = € 0,05 korting op de vermelde prijs



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, Sacred Taste, Dem Good Chai en dat proef je!

drinken

Graag bestellen aan de bar

Fris

Naturfrisk frisdrank | 3.5

smaken: bitter lemon, cola, ginger ale, orangenade, tonic of vlierbloesem

Schulp sappen | 3.5

smaken: appel, appel-aardbeien of appel-peren

Spa rood | 3.5

Limo | 1.9

smaken: framboos of vlierbloesem

Smoothies

Beter brein | 6

met rijstdrink, banaan, rood fruit, zwarte peper & ginseng

Sterke start | 6.5

met rijstdrink, banaan, dadel & notenpasta
smaken: amandel, hazelnoot, pinda & pistache

Zonneschijn | 6

met rijstdrink, banaan, geel fruit & macapoeder

Groene golf | 6

met rijstdrink, avocado, banaan & limoensap

Lekker voor erfij

Appelkrumel | 4.5

Blauwe bessen cake | 4.5

Worteltaart | 4.9

Snickie | 3.5

Twiksie | 3.5

Wisselend gebak

check de vitrine

Frisser

Ijsthee | 3.9

bevat alleen fruitsuikers

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

Kombucha | 4.6

gefermenteerde drank op basis van thee

smaken: gember-limoen, passie of naturel

Waterkefir | 4.6

bevat natuurlijke probiotica

smaken: gember-citroen, passie-hop of yuzu-mandarijn

Gemberbier | 3.9

een gebrouwen drank zonder alcohol, met een zachte gembermaak

Matchango* | 6.5

matcha, mango, melk & ijs

Mocktails

Al onze mocktails zijn op basis van fruit en kruiden, zonder toegevoegde suikers. Zoetstoffen kun je bij de bar pakken

Bessen bries | 6.9

als een mojito die op vakantie is geweest in een bessenveld. Bevat blauwe bes, alcoholvrije mojito, limoen & munt

Gouden gloed | 6.9

de perfecte dorstlesser voor een chil moment. Bevat appels, peren, alcoholvrije rum & citroensap

Zomerzoen | 6.9

de elegantie van een gin-tonic en de flair van citrus en cranberry. Bevat cranberry, grapefruit, alcoholvrije gin & citroensap

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!

