Join The Club®

NUDES · HEALTH BAR

ALLERGENS

Alérgenos

Every item on our menu is listed with the 14 allergens we are required to declare. A black dot means the product contains that allergen.

Todos nuestros productos con los 14 alérgenos de declaración obligatoria. Un punto negro indica que el producto contiene ese alérgeno.

1	DAIRY	*Lácteos*
2	EGG	*Huevo*
3	FISH	*Pescado*
4	PEANUTS	*Cacahuetes*
5	TREE NUTS	*Frutos de cáscara*
6	SHELLFISH	*Crustáceos*
7	SOY	*Soja*
8	GLUTEN	*Gluten*
9	CELERY	*Apio*
10	MUSTARD	*Mostaza*
11	SESAME	*Sésamo*
12	SULPHITES	*Sulfitos*
13	MOLLUSCS	*Moluscos*
14	LUPIN	*Altramuces*

SEVERE ALLERGY? All our products are made in a kitchen that handles nuts and peanuts. If you have a severe (anaphylactic) nut or peanut allergy, we recommend you do not consume our products. Although we apply control measures and good hygiene practices, cross-contamination may occur. Please speak to our team before ordering.

¿ALERGIA GRAVE? Todos nuestros productos se elaboran en un obrador que manipula frutos secos y cacahuetes. Si tienes una alergia grave (anafiláctica), te recomendamos no consumirlos. Aunque aplicamos medidas de control y buenas prácticas de higiene, puede producirse contaminación cruzada. Consulta a nuestro equipo antes de pedir.

NUDES SOFT SERVE & POTS

Allergen menu · Carta de alérgenos

	DAIRY Lácteos (1)	EGG Huevo (2)	FISH Pescado (3)	PEANUTS Cacahuetes (4)	TREE NUTS Frutos de cáscara (5)	SHELLFISH Crustáceos (6)	SOY Soja (7)	GLUTEN Gluten (8)	CELERY Apio (9)	MUSTARD Mostaza (10)	SESAME Sésamo (11)	SULPHITES Sulfitos (12)	MOLLUSCS Moluscos (13)	LUPIN Altramuces (14)	ALLERGENS Alérgenos
Soft Serve *Helados*															
NUDES SIGNATURE AÇAÍ	·	·	·	4	5	·	·	8	·	·	11	·	·	·	4, 5, 8, 11
NUDES AÇAÍ & COCONUT	·	·	·	4	5	·	·	8	·	·	11	·	·	·	4, 5, 8, 11
PISTACHIO COCONUT SOFT SERVE	·	·	·	·	5	·	·	·	·	·	·	·	·	·	5
COCONUT BLISS SOFT SERVE	1	·	·	4	5	·	·	8	·	·	11	·	·	·	1, 4, 5, 8, 11
COCONUT SOFT SERVE WITH HOMEMADE JAM	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
COCONUT AFFOGATO	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
MATCHA COCONUT AFFOGATO	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
Create Your Own *Crea el tuyo*															BASE + TOPPINGS · BASE + TOPPINGS
AÇAÍ SOFT SERVE (BASE)	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
COCONUT SOFT SERVE (BASE)	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
STRAWBERRIES · BANANA · BLUEBERRIES	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
CHIA SEEDS · HOMEMADE JAM	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
100% ECOLOGICAL PEANUT BUTTER	·	·	·	4	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	4
HOMEMADE GRANOLA	·	·	·	4	5	·	·	8	·	·	11	·	·	·	4, 5, 8, 11
HOMEMADE GLUTEN-FREE GRANOLA	·	·	·	4	5	·	·	·	·	·	11	·	·	·	4, 5, 11
ALMONDS	·	·	·	·	5	·	·	·	·	·	·	·	·	·	5
CHIA PUDDING	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
CACAO NIBS · CHOCOLATE NIBS	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
DARK CHOCOLATE DRIZZLE	1	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	1
CRUSHED PISTACHIOS · PISTACHIO BUTTER	·	·	·	·	5	·	·	·	·	·	·	·	·	·	5
Breakfast Pots *Desayunos*															
KETO PROTEIN PASSION POT	·	·	·	4	5	·	7	8	·	·	11	·	·	·	4, 5, 7, 8, 11
PISTACHIO POT	1	·	·	·	5	·	·	8	·	·	·	·	·	·	1, 5, 8
PROTEIN CHEESECAKE	1	·	·	4	5	·	·	·	·	·	11	·	·	·	1, 4, 5, 11
MATCHA COCONUT POT	·	·	·	4	5	·	·	·	·	·	11	·	·	·	4, 5, 11
SNICKERS PROTEIN POT	1	·	·	4	5	·	·	8	·	·	·	·	·	·	1, 4, 5, 8
CACAO HAZELNUT POT	·	·	·	4	5	·	·	8	·	·	11	·	·	·	4, 5, 8, 11

Allergy? Ask our team before ordering. All products are prepared in a kitchen that handles nuts, peanuts, gluten, dairy and other allergens; cross-contamination may occur. · **¿Alergias? Consulta a nuestro equipo.** Todos los productos se elaboran en un obrador que manipula frutos secos, cacahuetes, gluten, lácteos y otros alérgenos; puede haber contaminación cruzada.

Updated · Actualizado 09/2026

NUDES ROLLS, SANDWICHES & TREATS

Allergen menu · Carta de alérgenos

	DAIRY Lácteos (1)	EGG Huevo (2)	FISH Pescado (3)	PEANUTS Cacahuetes (4)	TREE NUTS Frutos de cáscara (5)	SHELLFISH Crustáceos (6)	SOY Soja (7)	GLUTEN Gluten (8)	CELERY Apio (9)	MUSTARD Mostaza (10)	SESAME Sésamo (11)	SULPHITES Sulfitos (12)	MOLLUSCS Moluscos (13)	LUPIN Altramuces (14)	ALLERGENS Alérgenos
Rolls *Rolls* — ROLL ONLY · DIP NOT INCLUDED · SIN SALSA															
PROTEIN BEEF	·	2	·	·	·	·	7	8	·	10	·	·	·	·	2, 7, 8, 10
AVOCADO TUNA	1	·	3	·	·	·	7	·	9	10	11	12	·	·	1, 3, 7, 9, 10, 11, 12
BURRITO CHICKEN	1	·	·	·	·	·	·	·	·	10	·	12	·	·	1, 10, 12
CAESAR SALAD	1	·	·	·	·	·	·	8	·	10	·	·	·	·	1, 8, 10
THAI MANGO CHICKEN	·	·	·	4	·	·	·	·	·	·	·	12	·	·	4, 12
TOFU RAINBOW	1	·	·	·	·	·	7	·	·	·	11	·	·	·	1, 7, 11
Dips *Salsas* — ADD THE ALLERGENS OF YOUR DIP · SUMA LOS DE TU SALSA															
LEMON CHIVE	1	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	1
CAESAR	1	·	·	·	·	·	·	·	·	10	·	·	·	·	1, 10
PEANUT	·	·	·	4	·	·	7	·	·	·	·	·	·	·	4, 7
SWEET CHILLI	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
SPICY YOGURT	1	·	·	·	·	·	·	·	·	10	·	12	·	·	1, 10, 12
Sandwiches *Bocadillos*															
NUDES CHICKEN CLUB	1	·	·	·	·	·	·	8	·	10	·	12	·	·	1, 8, 10, 12
SPICY CHICKEN CLUB	1	·	·	·	·	·	·	8	·	10	·	12	·	·	1, 8, 10, 12
EGG SALAD CLUB	1	2	·	·	·	·	·	8	·	10	·	·	·	·	1, 2, 8, 10
Healthy Treats *Snacks saludables*															
PISTACHIO CUP	1	·	·	4	5	·	·	·	·	·	·	·	·	·	1, 4, 5
PEANUT BUTTER CUP	1	·	·	4	5	·	·	8	·	·	·	·	·	·	1, 4, 5, 8
PROTEIN COOKIE DOUGH	·	·	·	4	5	·	·	8	·	·	·	·	·	·	4, 5, 8
CACAO PROTEIN BALL	·	·	·	4	5	·	·	·	·	·	·	·	·	·	4, 5
PISTACHIO DATE	1	·	·	·	5	·	·	·	·	·	·	·	·	·	1, 5
RASPBERRY DATE	1	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	1
PEANUT DATE	1	·	·	4	5	·	·	·	·	·	·	·	·	·	1, 4, 5

Allergy? Ask our team before ordering. All products are prepared in a kitchen that handles nuts, peanuts, gluten, dairy and other allergens; cross-contamination may occur. · **¿Alergias? Consulta a nuestro equipo.** Todos los productos se elaboran en un obrador que manipula frutos secos, cacahuetes, gluten, lácteos y otros alérgenos; puede haber contaminación cruzada.

Updated · Actualizado 09/2026

NUDES SMOOTHIES & SHAKES

Allergen menu · Carta de alérgenos

	DAIRY Lácteos (1)	EGG Huevo (2)	FISH Pescado (3)	PEANUTS Cacahuetes (4)	TREE NUTS Frutos de cáscara (5)	SHELLFISH Crustáceos (6)	SOY Soja (7)	GLUTEN Gluten (8)	CELERY Apio (9)	MUSTARD Mostaza (10)	SESAME Sésamo (11)	SULPHITES Sulfitos (12)	MOLLUSCS Moluscos (13)	LUPIN Altramuces (14)	ALLERGENS Alérgenos
Smoothies *Batidos*															
REPEAT LONGEVITY NAD+	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
CHERRY SHRED	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
MIDNIGHT GLOW	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
COGNITIVE CACAO	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
MORNING GLORY	·	·	·	4	5	·	·	8	·	·	·	·	·	·	4, 5, 8
HANGOVER	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
BLUEMOON	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
PEACH BUM	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
GREEN DETOX	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
SUMMER GLOW	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
FEMME FATALE	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
Protein Shakes *Batidos de proteína*															
MATCHA WELLNESS	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
AÇAÍ PROTEIN SHAKE	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
BLUE FIT PROTEIN SHAKE	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
PINK FIT PROTEIN SHAKE	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
OG PROTEIN SHAKE	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
MOCHA PROTEIN SHAKE	·	·	·	4	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	4
Smoothie Extras *Extras*															
BCAA · VITAMIN C · SPIRULINA · CREATINE	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
HYALURONIC ACID · LION'S MANE · SUPERFOOD BLENDS	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
COLLAGEN	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—
EXTRA PROTEIN (VEGAN)	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	·	—

Allergy? Ask our team before ordering. All products are prepared in a kitchen that handles nuts, peanuts, gluten, dairy and other allergens; cross-contamination may occur. · **¿Alergias? Consulta a nuestro equipo.** Todos los productos se elaboran en un obrador que manipula frutos secos, cacahuetes, gluten, lácteos y otros alérgenos; puede haber contaminación cruzada.

Updated · Actualizado 09/2026

NUDES COFFEE, MATCHA & JUICES

Allergen menu · Carta de alérgenos

+ MILK DRINKS
Add the allergens of the milk you choose · Suma los alérgenos de la leche elegida

1 **Cow's milk** Leche de vaca
8 **Oatly oat drink** Bebida de avena Oatly
− **Yosoy gluten-free oat drink** Bebida de avena sin gluten Yosoy

	DAIRY Lácteos	EGG Huevo	FISH Pescado	PEANUTS Cacahuetes	TREE NUTS Frutos de cáscara	SHELLFISH Crustáceos	SOY Soja	GLUTEN Gluten	CELERY Apio	MUSTARD Mostaza	SESAME Sésamo	SULPHITES Sulfitos	MOLLUSCS Moluscos	LUPIN Altramuces	ALLERGENS Alérgenos
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Coffee *Café* — 100% ARABICA · HOT & ICED · CALIENTE Y FRÍO															
ESPRESSO · AMERICANO · BATCH BREW															—
ICED AMERICANO (+ COCONUT WATER)															—
CORTADO · FLAT WHITE · LATTE · CAPPUCCINO															MILK
MOCHA															MILK
ORGANIC CACAO															MILK
CHAI	1														1 + MILK
GOLDEN MILK															MILK
PISTACHIO LATTE					5										5 + MILK
TURMERIC OR GINGER TEA															—
Ceremonial Matcha *Matcha ceremonial* — HOT & ICED · CALIENTE Y FRÍO															
MATCHA															MILK
PISTACHIO MATCHA					5										5 + MILK
ICED COCONUT WATER MATCHA															—
ICED MATCHA WITH HOMEMADE JAM															MILK
MATCHA, COCONUT WATER & HOMEMADE JAM															—
Drink Extras *Extras*															
VANILLA SYRUP · COCONUT WATER · LION'S MANE															—
COLLAGEN															—
Cold-Pressed *Prensado en frío*															
GREEN BOTOX									9						9
GLOW UP · RED CRUSH															—
CELERY SHOT									9						9
GINGER SHOT · TURMERIC SHOT															—

Allergy? Ask our team before ordering. All products are prepared in a kitchen that handles nuts, peanuts, gluten, dairy and other allergens; cross-contamination may occur. · **¿Alergias? Consulta a nuestro equipo.** Todos los productos se elaboran en un obrador que manipula frutos secos, cacahuetes, gluten, lácteos y otros alérgenos; puede haber contaminación cruzada.

Updated · Actualizado 09/2026