

ENTRADAS

MONTADITO DE INVIERNO s

Lonjas de salmón ahumado y curado artesanalmente en SUNA, manzana de agua y aguacate, sobre pan de quinua de la casa, rociado con aceite de oliva virgen extra y decorado con un toque de germinados

Media porción *Nuevo*

.....

CHAMPIÑONES TRES QUESOS vGT

Champiñones en una mezcla fundida de quesos holandés, azul y parmesano, acompañados de tostadas de pan integral con ajo y perejil

.....

TARTARE MORÁN* g

Salmón fresco, mango, ajonjolí negro, aceite de sésamo y limón, sobre una cama de aguacate, acompañado de crocante de plátano horneado. *Nuevo*

*Creado por LeoCocinero.

.....

EDAMAMES vGN / g

Vainas enteras de granos de soya cocidas al vapor, con sal marina

ANTIPASTO ÁRABE vGT

Hummus (garbanzos y tahine), tabouleh de quinua, baba-ganoush (de berenjenas asadas), aceitunas moradas, pétalos de flores orgánicas y tajadas de pan árabe.

Individual

Para compartir (para 3 personas)

.....

CHILI SIN CARNE vGN / g

Guiso de frijoles rojos, tofu, pimentón, jalapeño y tomates orgánicos; con maíz, cilantro, guacamole y totopos de maíz horneados

.....

CEVICHE DE MANGO c / vGN / g

Especial y refrescante ceviche de mango fresco con cebolla roja, cilantro y limón

.....

MUHAMMARA vGN

Dip de pimentones rojos asados y nuez del brasil, acompañado de pan pita y bastones de zanahoria y apio

Ingredientes en su mayoría orgánicos, de diversos colores, texturas y sabores, propios del trópico, mezclados en composiciones balanceadas, nutritivas y frescas.

Tómese su tiempo para disfrutar nuestra oferta *deliciosamente natural*.

ENSALADAS

DE LA MONTAÑA VGN / *g*

Refrescante combinación de quinua, aguacate, tomate orgánico y pimentón, con pétalos de flores orgánicas, vinagreta de albahaca, menta y hierbabuena, y decorada con un toque de chips horneados de kale y crocante de arracacha.

Media

KALE -N- DULA

Novedosa mezcla de kale orgánico y espinaca fresca, con avena en grano, mango, marañones, semillas de ajonjolí y flores de caléndula, con opción de:

- > Queso feta - VGT / s
- > Salmón ahumado SUNA - s
- > Pollo criollo - s
- > Fríjol de soya - VGN / s

Completa

Media

DE LA GRANJA *g*

Mezcla de lechugas y tomates orgánicos, con champiñones, zanahoria, pechuga de pollo criollo a la plancha, cebollas caramelizadas, cebollas confitadas, un toque de ajonjolí negro y vinagreta de páprika.

Media

DULCE DE OTOÑO VGT / *g*

Manzana criolla, queso azul, nueces del nogal caramelizadas en miel, flores orgánicas y vinagreta dulce de balsámico, sobre una variedad de lechugas orgánicas.

Media

CÉSAR - KALE VGT / *g*

Versión SUNA de la tradicional ensalada César, con kale orgánico, hojas verdes frescas, croutones de pan árabe y un toque de yogurt natural.

Completa

Media

Adición: Lonjas de Pollo criollo

SÁNDWICHES

SÁNDWICH DE POLLO, MANZANA Y QUESO HOLANDÉS

Cortes de pechuga de pollo criollo a la plancha, queso holandés, manzana de agua con salsa de miel y mostaza dijon

Medio *Nuevo*

SÁNDWICH DE POLLO CRIOLLO AL PESTO

Pechuga de pollo criollo a la plancha, lechuga orgánica, tomate orgánico y pesto casero

Medio *Nuevo*

WRAP DEL CAMPO

Pollo criollo, queso holandés, cebollas confitadas, rúgula fresca y mayonesa de almendras, en tortilla integral

Nuevo **Medio**

SÁNDWICH DEL BOSQUE *vgt*

Exquisita mezcla de portobellos, queso de cabra, tomates orgánicos confitados y pesto casero

Completo
Nuevo **Medio**

Sándwiches en ciabatta o baguette integral, wrap en tortilla integral.

Acompañados de chips horneados de arracacha o kale orgánico.

SOPAS

SOPA DE TOMATE *vgt / g*

Con trocitos de aguacate y un toque de suero costeño

Puede ser vegana a petición

SOPA DE ZANAHORIA *vgn / g*

Con un toque de jengibre y ralladura de limón

SOPA CAMPESINA *vgn / g*

Picadillo de vegetales y papa criolla con un toque de cilantro

SOPA EN COSECHA *vgt*

Pregunte por nuestra sopa de la semana, con ingredientes en cosecha

Todas nuestras sopas se preparan a base de vegetales

COMBOS

Combinaciones de sopa, medio sándwich, medio wrap y media ensalada.

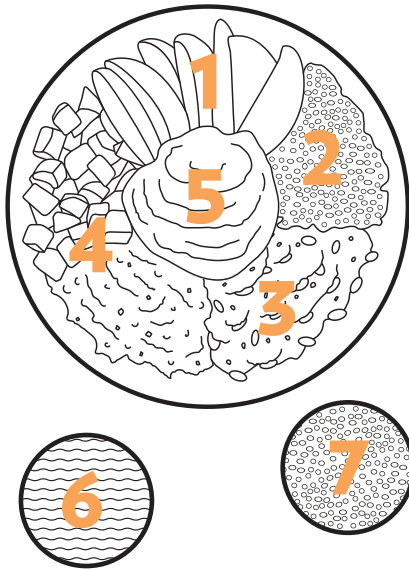
**SOPA +
1/2 SÁNDWICH Ó
1/2 WRAP**

**SOPA +
1/2 ENSALADA**

**1/2 ENSALADA +
1/2 SÁNDWICH Ó
1/2 WRAP**

SUNA BOWL

Combine sabores, nutrientes, texturas y colores a su gusto.
Arme y disfrute su propio SUNA BOWL



1

PROTEÍNA

Escoja **una** de las siguientes opciones:
→ Pechuga horneada de pollo criollo
→ Salmón curado artesanalmente
→ Queso feta
→ Edamames
→ Tofu salteado
→ Huevo duro

Si quiere más de una proteína, ésta será cobrada por aparte.

2

CEREAL

Escoja **una** de las siguientes opciones:
→ Arroz integral
→ Tagliatelle de quinua
→ Tabouleh de quinua

3

LEGUMBRES*

Escoja **una** de las siguientes opciones:
→ Mini hamburguesas (escoja dos entre: lentejas, quinua y maíz, y garbanzo)
→ Picadillo de fríjoles negros
→ Garbanzos
→ Lentejas

4

VEGETALES*

Escoja **dos** de las siguientes opciones:
→ Pepino
→ Ceviche de mango
→ Yacón
→ Mix de hojas verdes oscuras (kale y espinaca)
→ Chips horneados de kale orgánico
→ Chips horneados de arracacha
→ Tomates cherry orgánicos
→ Zanahoria
→ Champiñones

5

DIP*

Escoja **una** de las siguientes adiciones:
→ Guacamole
→ Hummus de garbanzo
→ Muhammara (dip de pimentones asados)
→ Babaganoush (puré de berenjenas asadas con tomates secos)

6

ADEREZOS

Escoja el aderezo de su bowl (se sirve aparte):
→ Vinagreta de miel y mostaza
→ Aceite de oliva y vinagre balsámico
→ Vinagreta de finas hierbas
→ Vinagreta de páprika
→ Salsa de miso, miel y limón
→ Limón

7

TOPPINGS*

Escoja el topping final:
→ Ajonjolí negro
→ Cebollas confitadas
→ Almendras tostadas
→ Semillas de soya
→ Flor de caléndula
→ Marañón
→ Aceitunas negras
→ Aceitunas verdes
→ Germinados

*

Cada porción adicional tiene costo

PLATOS FUERTES

PASTAS

TAGLIATELLE NAPOLITANA

VGT / S

Tagliatelle de quinua al pesto SUNA, sobre salsa casera de tomates orgánicos y albahaca fresca, con crocante de parmesano (opción de pesto vegano).

WOK DE LOS ANDES VGN / S

Pasta de quinua y mezcla de vegetales al wok, con soya, miel y jengibre, con un toque de ajonjolí blanco y negro.

Con soya, miel y jengibre

Adición de tofu VGN / S

Adición de pollo criollo s

LASAÑA DE LENTEJUELAS VGT / G

Láminas de pasta con lentejas, queso mozzarella y salsa casera de tomates orgánicos, gratinada con queso parmesano

ARROCES

CHAUFA PRIMAVERAL VGN / G

Arroz integral salteado con vegetales frescos, con un toque de jengibre y chipotle, rociado con salsa casera de tomates orgánicos y salsa de soya \$21.000

Con tofu - VGN / G

Con lomo - G

Con pollo criollo - G

Con camarones - G

Mixto (pollo, camarones y lomo) - G

ARROZ BENGALÍ VGT / G

Arroz integral con lentejas y zanahoria al curry, almendras tostadas y cebollas confitadas, acompañado de cohombros en salsa de yogurt, páprika y germinados. *(Puede ser vegano a petición).*

CALENTADO DEL ALTIPLANO VGT / G

Arroz integral, papa, plátano maduro, frijoles, ají y hogo caseros, con huevo criollo frito en mantequilla clarificada

Tofu - VGT / G | Lomo - G

Pollo Criollo - G | Mixto (Lomo y Pollo Criollo) - G

POLLOS & CARNE

PECHUGA SALVAJE *g*

Suprema de pollo criollo marinada con romero, páprika y vino blanco, sobre cama de arroz salvaje con pimentón, cebolla y champiñones, y cubierta de peras y manzanas de agua a la parrilla.

SUPREMA DE POLLO SUNA *g*

Pechuga de pollo criollo rellena de espárragos, tomates secos y albahaca, en reducción de balsámico y acompañada de purés de papa criolla y sabanera.

LOMO DE RES A LA PLANCHA *g*

Delgado corte de lomo de res a la plancha, acompañado de papas sauté y ensalada de la casa de hojas verdes frescas, aguacate, habichuelines y germinados.

PESCADOS

CORVINA LATINA *g*

Filete de corvina a la plancha cubierto con alcaparras y cebolla picada, acompañado de aguacate y tomates orgánicos, y decorado con crocante de albahaca fresca (según la pesca de la temporada, se cambia por otro pescado blanco).

ATÚN BISTRO *g* *Nuevo*

Atún fresco del pacífico a la plancha, cubierto con pimientas, acompañado de aguacate, habichuelines, alcaparras, hojas mixtas, germinados y salsa de amapola.

SALMÓN AMAPOLA *g*

Filete de salmón recubierto de semillas de amapola, sumac y miel, sobre puré de papa pastusa, y decorado con tomates cherry orgánicos, germinados y pétalos orgánicos.

ROBALO CRIOLLO *g*

Filete de robalo cocido al horno en hoja de plátano, con salsa napolitana y mandarina, y un toque de ají, aceitunas, cebolla morada y plátano maduro.

ESPECIALES SUNA

CALDERETA TROPICAL *g*

Bullabesa de langostinos, calamares y corvina, con un toque de chipotle, vino, y aceite de oliva, acompañada de tostones horneados de plátano y casquitos de limón.

Media porción *Nuevo*

BERENJENAS EN MOVIMIENTO *VGT / S*

Torre de berenjenas, zucchini y mozzarella asada a la plancha, sobre salsa casera de tomates orgánicos y albahaca fresca, decorada con crocante de albahaca y acompañada con tostadas integrales.

ASADO DE TOFU Y HONGOS *VGT / g*

Tofu marinado en salsa de soya y naranja, a la plancha, con hongos salteados en perejil, tomates cherry orgánicos y cebolla al horno, con un toque de reducción de balsámico.

HAMBURGUESA VEGETARIANA *VGT*

Nuevo

EN PAN PITA INTEGRAL DE LA CASA

Escoja su hamburguesa preferida:

De lentejas con berenjena asada, guacamole y lechuga morada orgánica

De quinua, maíz, con cebollas confitadas, salsa de pimentón, mostaza de la casa y lechuga verde orgánica

De garbanzo con mayonesa de almendras, pepino cohombro y rúgula fresca

Escoja el acompañamiento:

Chips horneados de kale / Chips horneados de arracacha / Papas Salteadas / Ensalada Fresca

A
D
I
C
I
O
N
E
S

PAPA DE LA SABANA SAUTÉ
g

PURÉ DE PAPA CRIOLLA
g

Nueva versión
ENSALADA DE LA CASA *VGN / g*

CHIPS HORNEADOS DE ARRACACHA
VGN / g

CHIPS HORNEADOS DE KALE ORGÁNICO
VGN / S / g

Hojas mixtas, aguacate, habichuelas, alcaparras y germinados con vinagreta de mostaza

PURÉ DE PAPA PASTUSA
g

ARROZ INTEGRAL
VGN / g

ARROZ SALVAJE
VGN / g

CON SU
CELULAR

   @SUNACOLOMBIA

Ayúdenos a difundir nuestros valores de comida saludable y deliciosamente natural, así como de relación amigable con el medio ambiente con los hashtags #SunaColombia #DeliciosamenteNatural #RestauranteSuna #ComidaSanaGourmet #FamiliaSuna

Nuevo

MENÚ INFANTIL

SÁNDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ SUNA

Delicioso sándwich en pan integral con mantequilla de maní SUNA y mermeladas de fresa y de durazno de la casa.

NUGGETS DE POLLO FELIZ

Exquisitos nuggets de pollo horneados con papas al horno, salsa roja de pimentón y mostaza de la casa.

MINI PIZZAS

Dos deliciosas pizzas en pan árabe con salsa de tomates orgánicos, queso mozzarella y albahaca.

PASTA FIESTA

Tagliatelle de quinua con salsa rosada de la casa (salsa de tomates orgánicos y salsa bechamel de la casa), trozos de pollo criollo y queso parmesano.

