

## ENTRADAS

### MONTADITO DE INVIERNO **S**

Salmón curado artesanalmente en SUNA, manzana de agua y aguacate, sobre pan de quinua de la casa, aceite de oliva virgen extra y un toque de germinados.

*Nuevo*

### CARIMAÑOLAS HORNEADAS **G**

De yuca con relleno de lomo de res. Acompañadas de suero costeño y ají casero.

### CEVICHE DE MANGO **C / VGN / G**

Mango fresco con cebolla roja, cilantro y limón.

### ANTIPASTO ÁRABE **VGN**

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

*Nueva Versión*

### TARTARE MORÁN **G**

Atún o salmón frescos, mango, ajonjolí negro, aceite de sésamo y limón, sobre aguacate, acompañado de crocante de plátano horneado. Creado por LeoCocinero.

### CHAMPIÑONES TRES QUESOS **VGT**

En mezcla fundida de quesos holandés, azul y parmesano, acompañados de tostadas de pan integral con ajo y perejil.

### CHILI SIN CARNE **VGN / G**

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

### EDAMAMES **VGN / G**

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

## ENSALADAS

### CÉSAR - KALE **VGT**

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

**Adición** lonjas de pollo criollo

**Adición** jamón de pavo orgánico

**Adición** salmón curado artesanalmente.

### DULCE DE OTOÑO **VGT / G**

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

### 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.

### DE LA MONTAÑA **VGN / G**

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 de arracacha.

### KALE -N- DULA

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** | Pollo criollo **S** | Salmón curado en SUNA **S** | Edamames **VGN / S**

## 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 **G**

Pregunte por la sopa de la semana con ingredientes en cosecha.

*Todas nuestras sopas se preparan a base de vegetales frescos*

## SÁNDWICHES & WRAPS

### WRAP DEL CAMPO

Pollo criollo, queso holandés, cebollas confitadas, rúgula fresca y mayonesa de ajonjolí.

Sándwiches en ciabatta o baguette integral, wraps en tortilla integral o acelga. Acompañados de chips horneados de arracacha o kale orgánico.

Nuevo

### WRAP VEGGIE VGN / S

Lentejas, portobello, espinaca fresca, remolacha, germinados y guacamole.

### SÁNDWICH DEL BOSQUE VGT

Portobellos, queso de cabra, tomates orgánicos confitados y pesto casero.

### SÁNDWICH DE POLLO CRIOLLO AL PESTO

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

### SÁNDWICH DE POLLO, MANZANA Y QUESO HOLANDÉS

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

## 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

→ El precio del combo depende de la combinación que usted elija. ←

## HAMBURGUESA VEGANA VGN

- Encuéntrelas en nuestro Mercado Gourmet y prepárelas en su casa -

### EN PAN PITA INTEGRAL DE LA CASA

Escoja su hamburguesa preferida:

De lentejas con berenjena asada, guacamole y lechuga morada orgánica.

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

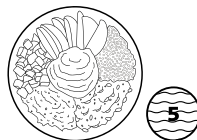
De garbanzo con mayonesa de ajonjolí, pepino cohombro y rúgula fresca.

Escoja el acompañamiento:

Chips horneados de kale / Chips horneados de arracacha / Papas Salteadas  
Ensalada Fresca o Batata dulce salteada **Nuevo**

## SUNA BOWL

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



**1. CEREAL (una opción)** Arroz integral | Tagliatelle de quinua | Tabouleh de quinua.

**2. LEGUMBRES (una opción)** Mini hamburguesas (escoja dos entre: lentejas, quinua y maíz, y garbanzo) | Garbanzos | Lentejas | Picadillo de frijoles negros.

**3. VEGETALES (dos opciones)** Pepino cohombro | Ceviche de mango | Yacón | Mix de hojas verdes | Chips de kale | Chips de arracacha | Tomates cherry orgánicos | Zanahoria | Champiñones | **Nuevos:** Zoodles (fideos de zucchini) | Batata dulce salteada.

**4. DIP (una opción)** Guacamole | Hummus de garbanzo | Muhammara (dip de pimentones asados) | Babaganoush (puré de berenjenas asadas con tomates secos)

**5. ADEREZO (una opción)** Miel y Mostaza | Finas Hierbas | Páprika | Miso, miel y limón | Limón. *Se sirve aparte.*

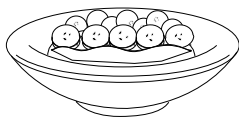
**6. TOPPINGS (una opción)** Ajonjolí negro | Cebollas confitadas | Almendras tostadas | Semillas de soya | Flor de caléndula | Marañón | Aceitunas negras | Aceitunas verdes | Germinados.

*Ingrediente adicional de la base (no proteína)*

### 7. PROTEÍNA (adicional)

Edamames | Tofu salteado | Huevo cocinado | Pechuga horneada de pollo criollo | Salmón curado artesanalmente | Queso feta | **Nuevo** Pechuga de pavo orgánico

## SMOOTHIE BOWL SUNA



Arme y disfrute su smoothie

### 1. BASE (una opción)

- Açai, uva y banano
- Aguacate, banano, arándanos y kale orgánico. (Verde)
- Mango y jengibre

### 2. MEZCLA (una opción - sin dulce)

Leche de almendras | Leche de soya | Yogurt natural | **Nuevo** Yogurt de coco vegano.

### 3. FRUTAS (dos opciones)

Banano | Fresas | Mango | Kiwi | Arándanos | Papaya. *Adición fruta*

### 4. TOPPINGS (tres opciones)

Avena | Granola Suna | Amaranto expandido | Quinua pop | Semillas de Chía | Goji berries | Almendras tostadas | Coco rayado | Granolitas | Polen | Mantequilla de maní SUNA (artesanal y 100% natural) *Adición topping.*

## PIZZA SUNA Nuevo

Con salsa de tomates orgánicos. Escoja la base y ármela como más le guste

**Con base de masa integral:** Quinua, trigo integral y harina de almendras. **VGN**

**Con base de masa de coliflor:** Coliflor, garbanzo, almendras y sagú (sin gluten). **VGN / G**

### 1. QUESO (una opción)

Queso vegano Suna | Queso mozzarella.

### 2. TOPPINGS (tres opciones)

Rúgula fresca | Aceitunas negras | Aceitunas verdes | Brócoli | Cebollas caramelizadas | Cebollas rojas asadas | Pimentón asado | Champiñones | Zucchini salteado | Tomate fresco | Berenjenas salteadas | Alcapparras | Tomates secos.

### 3. TOQUE FINAL (una opción)

Orégano | Peperoncino | Aceite de oliva virgen extra | Albahaca fresca.

### 5. ADICIÓN DE PROTEÍNA\*

Pechuga de pollo criollo | Salmón curado artesanalmente en SUNA | Tofu salteado | Jamón de pavo orgánico | Queso mozzarella | Queso feta | Queso vegano | Queso Azul. \* *Se cobra por aparte, según su precio correspondiente.*

## 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 a petición)*

*Nuevo*

#### **ZOODLES DE LA TIERRA** vGT / G

Fideos de zucchini fresco con pesto de la casa, salsa de tomates orgánicos, champiñones, tomates cherry y germinados orgánicos. *(Opción de pesto vegano a petición)*

#### **WOK DE LOS ANDES** vGT / 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**

**Con pollo orgánico s**

**Con tofu** vGT / S

#### **LASAÑA DE LENTEJUELAS** vGT

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.

**Con lomo** G

**Con tofu** vGN / 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 con yogurt de coco vegano a petición)*

#### **CALENTADO DEL**

#### **ALTIPLANO** vGT / G

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

**Con lomo** G

**Con tofu** vGT / G

**Con pollo criollo** G

**Mixto** (lomo y pollo criollo) G

## POLLOS & CARNE

#### **PECHUGA SALVAJE** G

Pollo criollo marinado con romero, páprika y vino blanco, sobre cama de arroz salvaje con pimentón, cebolla y champiñones, y cubierto de peras y manzanas de agua a la parrilla.

*Nueva versión*

#### **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 batata dulce y papa sabanera.

*Nueva versión*

#### **LOMO DE RES A LA PLANCHA** G

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

## PESCADOS

### PESCADO LATINO 🍴

Pescado blanco del día a la plancha cubierto con alcaparras y cebolla picada, acompañado de aguacate y tomates orgánicos, decorado con crocante de albahaca fresca.

### RÓBALO CRIOLLO 🍴

Cocido al horno en hoja de plátano, con salsa napolitana y mandarina, y un toque de ají, aceitunas, cebolla morada y plátano maduro.

### SALMÓN AMAPOLA 🍴

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

### ATÚN BISTRO 🍴

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

## ESPECIALES SUNA

### CALDERETA TROPICAL 🍴

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

### BERENJENAS EN MOVIMIENTO VGT / S

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

### ASADO DE TOFU Y HONGOS VGT / G

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

## ADICIONES

PAPA DE LA  
SABANA SAUTÉ 🍴

*Nuevo* BATATA  
DULCE SALTEADA

*Nuevo* PURÉ DE  
BATATA DULCE  
VGN / G

ENSALADA DE  
LA CASA VGN / G

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

CHIPS HORNEADOS  
DE ARRACACHA VGN / G

CHIPS HORNEADOS DE  
KALE ORGÁNICO  
VGN / S / G

PURÉ DE PAPA  
PASTUSA 🍴

ARROZ INTEGRAL  
VGN / G

ARROZ SALVAJE  
VGN / G

## MENÚ INFANTIL

### NUGGETS DE POLLO FELIZ

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

### MINI PIZZAS DON DANIEL

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

### PASTA FIESTA

Tagliatelle de quinua con salsa de tomates orgánicos y salsa bechamel casera, trozos de pollo criollo y queso parmesano.