

BEBIDAS FRÍAS

JUGOS FRESCOS

Naranja | Feijoa | Mango | Maracuyá | Arazá | Fresa | Guanábana | Lulo Granadilla | Corozo | Tamarindo | Guayaba agria Mandarina (6 mandarinas orgánicas recién exprimidas)

SODA NATURAL: Naranja

LIMONADAS : Natural | Hierbabuena | Coco

INFUSIONES Y TÉS FRÍOS

TÉ FRÍO DE FRUTOS ROJOS

TÉ CHAI ARTESANAL FRÍO
Mezcla de Chai, hecha en casa, con leche de almendras.

KOMBUCHA

Pregunte por los sabores. Copa

INFUSIÓN JAMAICA

Flor de Jamaica, jengibre, limón y canela.

Nuevo
RED VELVET LATTE FRÍO

Remolacha, leche vegetal, maca y vainilla natural.

Nuevo
LECHE DORADA O GOLDEN MILK FRÍA

Leche vegetal, miel, cúrcuma, pimienta, jengibre, aceite de coco y clavo de canela.

SMOOTHIES & LASSIES

Batidos de frutas y yogurt sin dulce, los primeros con hielo.

FRESA Y BANANO
FRUTOS ROJOS Fresa, mora y agraz
FRUTOS Y HOJAS VERDES Pera, manzana de agua, yerbabuena, feijoa y espinaca
MANGO Y JENGIBRE
LASSI DE MANGO Y CANELA

ADICIONES: Semillas de chía, avena, polen | Goji berries, spirulina o maca

Nuevo
MIMOSA DE COROZO

Espumoso con jugo de corozo.

MIMOSA TRADICIONAL

Espumoso con jugo de naranja.

Nuevo
MOSCOW MULE SUNA

Vodka, jengibre, limón, soda y stevia.

Nuevo
LULADA

Lulo, panela orgánica y canela. Con vodka

JARRA DE SANGRÍA

Vino blanco o vino tinto con frutas

EXTRACTOS ESPECIALES

Bebidas llenas de vida inspiradas en la magia de los vegetales y las frutas, y sin adición de agua, que contienen una variedad de vitaminas y nutrientes que energizan, desintoxican, potencializan y protegen el cuerpo.

SÚPER DÍA

Kale orgánico, manzana criolla, apio, pepino cohombro, espinaca y jengibre.

EXTRACTO MIXTO

Zanahoria, manzana y jengibre.

SALVADOR

Zanahoria, piña y jengibre.

INMUNOLÓGICO

Mango, manzana, maracuyá, naranja y agua mineral.

FOCUS FOCUS

Remolacha, zanahoria, naranja y espinaca.

DE LA HUERTA

Pepino, kiwi, espinaca, hierbabuena y gotas de limón.

En SUNA promovemos la NO utilización de pitillos.

DESINTOXICANTE

Apio, uvas verdes, zanahoria y perejil liso.

Adición de jengibre

BEBIDAS CALIENTES

CAFÉ ORGÁNICO COLOMBIANO

CAFÉ ORGÁNICO

ESPRESSO

ESPRESSO DOBLE

MACCHIATO

CAPPUCCINO

LATTE

INFUSIONES & TÉS

**TÉ CHAI
ARTESANAL CALIENTE**

Mezcla de Chai fresca, hecha en casa, con leche de almendras o leche de soya.

TÉ LOTS OF LOVE

AGUA AROMÁTICA

De hierbabuena o de frutas.

MATCHA LATTE

En leche de almendras o de soya con ralladura de coco.

CHOCOLATES

(Su preparación no contiene azúcar)

**CHOCOLATE TRADICIONAL
EN LECHE**

**CHOCOLATE TRADICIONAL
EN AGUA**

REMEDIOS CASEROS

**LECHE DORADA
O GOLDEN MILK**

Bebida reparadora y milenaria a base de leche vegetal, miel, cúrcuma, pimienta, jengibre, aceite de coco y clavo de canela.

**AGUA DE
PANELA
ORGÁNICA
CON LIMÓN**

Tradicional bebida colombiana.

Nuevo
**RED VELVET
LATTE**

Bebida energizante y reparadora de remolacha, leche vegetal, maca y vainilla natural.

SUBE-VIDA

Jugo de naranja recién exprimido, con miel de abejas natural y una fuerte dosis de jengibre; *(disfrútelo bien caliente)*

AGUAS

**DE
COCO
SUNA**

Refrescante y exclusiva agua de coco orgánica y 100% colombiana; disfrútela en su empaque natural y llévese después el coco a su casa.

CHORREADA

Denominación tolimense para la "limonada endulzada con panela" en nuestro caso, orgánica.

AGUA FILTRADA NIKKEN

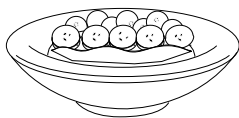
Agua alcalinizada y con minerales provenientes de las piedras del filtro Nikken. Por nuestro compromiso con la reducción de desechos, en SUNA promovemos su consumo.

DE CHINGAZA

Gratis
(Mientras podamos seguir disfrutándola)

**EN BOTELLA
DE VIDRIO**

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 |
Quinoa pop | Semillas de Chía | Goji berries |
Almendras tostadas | Coco rayado | Granolitas |
Polen | Mantequilla de maní SUNA (*artesanal
y 100% natural*). *Adición topping*.....

FRUTA

CEVICHE DE MANGO

VGN / G / C

Mango fresco con
cebolla roja, cilantro
y limón

ENSALADA DE FRUTAS FRESCAS

CEREALES

Nueva versión

GRANOLA SUNA*

VGT

Granola hecha en casa
a base de avena tostada
con ralladura de cáscara
de naranja, nueces del
Brasil y miel de abejas,
con fresa, mango
o banano, y yogurt
natural, leche vegetal o
yogurt vegano de coco.

**Versión vegana de la
Granola SUNA. Nuevo VGN*

Nuevo

PARFAIT DE SEMILLAS DE CHÍA Y LECHE DE COCO SUNA VGN / G / S

Semillas de chía
remojadas en leche de
coco vegana de la casa
con cacao orgánico y
banano.

Adición de fruta

o

*Adición de
topping*

MÜSLI

GANOLIETTA VGT

Suave y sedosa mezcla
de avena, remojada en
leche deslactosada,
con mezcla de frutas
picadas, almendras,
uvas pasas y miel
natural (*puede ser
vegano a petición*)

Nueva versión

PARFAIT DE FRUTOS ROJOS VGT

Granola SUNA
(tradicional o vegana)
mezclada con yogurt
natural o yogurt de
coco vegano de la casa,
coulis de frutos rojos,
fresas y arándanos
frescos.

Nuevo

PARFAIT DE TAPIOCA VGT

Suave mezcla de
tapioca en yogurt de
coco vegano, con frutos
secos y nueces, Granola
SUNA (tradicional o
vegana), arándanos,
manzanas y mango.

HUEVOS

HUEVOS RANCHEROS G

Sobre pechuga de pavo orgánico y
con salsa de tomates
orgánicos picante.

HUEVOS PERICOS VGT / G

Con tomate orgánico
y cebolla larga.

HUEVOS REVUELTOS CON CHAMPIÑONES VGT / G

HUEVOS REVUELTOS CON MAZORCA VGT / G OMELETTE DE

QUESO DE CABRA Y HIERBABUENA VGT / G

OMELETTE DE VEGETALES

SALTEADOS VGT / G

Champiñones, espinaca,
pimentón y cebolla puerro.

HUEVOS AL GUSTO*

Fritos, revueltos, poché, tibios o
cocinados **(cualquier otro ingrediente
se cobrará por aparte)*

*Nuestros huevos
son criollos,
libres de
hormonas
y químicos.
Provenientes de
gallinas felices.
Pídalos también
sólo con
claras de huevo.*

CALENTADOS

Todos incluyen un huevo hecho en mantequilla clarificada.

DEL ALTIPLANO 6

Arroz integral, papa, plátano maduro, frijoles, ají y hogo casero.

Pollo | Lomo | Tofu

DEL ALTIPLANO MIXTO 6

Pollo criollo y lomo de res

DE QUINUA Y TOFU VGT / 6

Quinua, papa, tofu, cilantro y hogo casero

(Puede ser vegano a petición)

DE QUINUA Y POLLO CRIOLLO 6

Quinua, papa, pollo criollo y hogo casero

TOFU

PERICOS DE TOFU A LA CRIOLLA VGN / 6

Con tomate orgánico y cebolla larga

PANES & AREPAS

TABLA DE PANES SUNA

Panes integrales hechos en casa: siete granos, quinua y baguette integral, acompañados de mermeladas caseras de fresa, mandarina y naranja.

CANASTA DE ANTAÑO

Variedad de almojábanas y pandebonos integrales de la casa.

PORCIÓN DE TOSTADAS INTEGRALES VGT

AREPA SUNA VGT / 6

Arepa de quinua con queso mozzarella, finas hierbas, aceite de oliva virgen extra y tomate seco orgánico.

AREPAS CAMPESINAS VGT / 6

Tradicionales arepas sabaneras, a base de maíz y queso.

Nuevo

AREPITAS DE YUCA 6

Pueden ser rellenas de queso vegano SUNA o de queso mozzarella. Acompañadas con guacamole y ají caseros.

ESPECIALES

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

MONTADITO DEL AMANECER S / VGT

Tostada de pan de quinua de la casa con guacamole fresco, huevos criollos duros o poché, germinados orgánicos y un toque de aceite de oliva y peperoncino.

TOSTADAS FRANCESAS

VEGANAS VGN

Pan de quinua de la casa remojado en leche de almendras, canela y nuez moscada; con banano, harina de almendras, pétalos orgánicos y miel de agave.

Nuevo

CARIMAÑOLAS HORNEADAS 6

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

TAMAL DE PIPIÁN VGN / 6

Con salsa de maní.

TORTAS

TORTA DE NARANJA CON SEMILLAS DE AMAPOLA VGT

Con ralladura de naranja, panela orgánica, un toque de miel de abejas natural y semillas de amapola.

TORTA DE BANANO

VEGANA Y SIN GLUTEN VGN / G

Con harina de arroz y harina de sagú, semillas de chía y leche de almendras, endulzada con panela orgánica.

Nuevo TRADICIONAL VGT

De harina de trigo integral y endulzada con panela orgánica

Nuevo TORTA DE ZANAHORIA

VEGANA Y SIN GLUTEN VGN / G

De quinua, linaza, vainilla natural, nueces y panela orgánica; con cubierta de coco.

TRADICIONAL VGT

De harina de trigo integral, uvas pasas, nueces del Brasil, jengibre, canela y panela orgánica

PANCAKES

PANCAKES DE AHUYAMA VGT / G

De harina de almendras, de quinua y ahuyama, endulzados con stevia orgánica, y acompañados de yogurt griego, hilos de ahuyama y miel de ahuyama natural.

(Nuevo pueden ser con yogurt de coco vegano, a petición).

PANCAKES SUNA VGT / G

De harina de almendras y quinua, endulzados con stevia orgánica y decorados con coulis de frutos rojos y miel de abejas natural.

MENÚ INFANTIL

SÁNDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ SUNA Y MERMELADAS DE LA CASA

Pan integral con mantequilla de maní SUNA y mermeladas de fresa, mandarina y naranja de la casa.

TOSTADA OSO

Pan integral con mantequilla de maní SUNA, banano y arándanos.