

LAS OLAS

SNACKS

🍎 🥑 ENSALADA DE PIÑA

Piña asada, lechuga, pepino, aceitunas, vinagreta de tajín

🍎 🥑 CÓCTEL DE FRUTAS DE TEMPORADA

CÓCTEL DE CAMARÓN

Ⓐ AGUACHILE

Camarón, pulpo y calamar

POKE

Atún o salmón, arroz, aguacate, frijol de soya, germen de alfalfa, rábano, sésamo, soya

(ALITAS PICANTES

Aderezo ranch, juliana de vegetales

NACHOS

Guacamole, chili, cheddar, salsa mexicana

BURRITO FRITO

Camarón, frijoles, queso, guacamole

El consumo de carnes, aves de corral, mariscos, crustáceos o huevos crudos o poco cocidos puede aumentar el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos, especialmente si padece alguna afección médica.

QUESADILLA DE ARRACHERA

Guacamole y salsa mexicana

HAMBURGUESA

Res o pollo, queso cheddar, pepinillos, papas fritas

HAMBURGUESA VEGANA

Soya, cheddar vegano, pepinillos, papas fritas

HOT DOG

Bratwurst, cebolla caramelizada, papas fritas

TACO CROCANTE DE SALMÓN

Queso de cabra, alioli de perejil

POSTRES

TARTA DE FRUTAS DE TEMPORADA

BLONDIE CON ARÁNDANOS

🍎 Platillos saludables que ayudan a mantener una dieta equilibrada

ⓧ Platillos libres de gluten

❾ Opción de origen vegetal (Whole Food Plant-Based)

🌙 Platillos picantes

MENÚ DE ORIGEN VEGETAL

ENTRADAS

- 🍎🌿 **TOSTÓN DE GARBANZO**
Crema de cilantro y ajo

- 🍎🌿 **ENSALADA DE TACO SALUDABLE**
Mezcla de hongos, maíz, zanahoria, tomate, col, jícama, guacamole, chips de camote

- 🍎🌿 **POWER SLAW**
Rollos de col rellenos, col morada, brócoli, manzana, camote, quínoa, aderezo de almendra

SOPA

- SOPA DE AGUACATE Y MENTA**
Aceite de chiles, pepino, limón, chips de manzana

El consumo de carnes, aves de corral, mariscos, crustáceos o huevos crudos o poco cocidos puede aumentar el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos, especialmente si padece alguna afección médica.

PLATOS FUERTES

- 🍎🌿 **HAMBURGUESA**
A la parrilla a base de plantas, queso cheddar, lechuga, tomate, pepino, cebolla morada
- 🍎🌿 **SÁNDWICH DE BERENJENA A LA PARMIGIANA**
Berenjena crujiente, marinera casera, aderezo de queso, pesto

POSTRE

- 🌿 **PASTEL VEGANO DE ZANAHORIA**
Especias, crema de yogurt

- 🍎 Platillos saludables que ayudan a mantener una dieta equilibrada
- 🌿 Platillos libres de gluten
- 🥗 Opción de origen vegetal (Whole Food Plant-Based)