

# ALMUERZO Y CENA

## Sopas y Entradas

### **Sopa negra V GF VG\***

Sopa negra costarricense servida con arroz, aguacate, natilla y huevo duro | 3000

### **Gazpacho Andaluz VG GF\***

Sopa fría de tomate, pepino, chile dulce y aceite de oliva | 3600

### **Namaste Spring Rolls GF\* VG**

Rollos de papel de arroz con aguacate, lechuga vegetales y aderezo de ajonjolí | 5000

### **Ceviche Tico GF\***

Pescado fresco marinado en jugo de limón, cebolla, chile dulce y culantro. Servido con patacones | 5000

### **Montezuma Ceviche GF\***

Pescado fresco marinado en jugo de limón, salsa ranchera, cebolla, ajillo, chile dulce y culantro. Servido con patacones | 5500

## Ensaladas

Vegetales orgánicos según disponibilidad.

Agregue pescado, pollo, camarones o tofu | 1700

### **Ensalada Cesar V GF\***

Lechuga, crotones, queso parmesano y aderezo cesar hecho en casa. Grande 3900 | Pequeño 2000

### **Ensalada Arco Iris VG GF\***

Lechuga, tomate, zanahoria, remolacha, aceitunas kalamata, guacamole, crotones, semillas de girasol, pan con ajo y aderezo de albahaca | 5000

### **Happy Belly VG GF\***

Lechuga, pepino, zanahoria, tomate, guacamole, chile dulce, repollo morado, semillas de girasol y aderezo de vinagreta balsámica | 5000

### **Ensalada Chipotle VG**

Lechuga, frijoles, pepino, zanahoria, aguacate, culantro, pico de gallo, repollo morado, chile dulce, chips de tortillas y aderezo de chipotle y tahini | 5000

## Sandwiches

### **Patacón Sandwich Vegano VG GF\***

Lechuga, tomate, pepino y guacamole servido en patacones | 5000

### **Veggie Patacón Sandwich V GF\***

Lechuga, tomate, pepino, guacamole y queso servido en patacones con su opción de salsa chipotle, aioli de ajo o barbacoa | 6000

### **Patacón Sandwich de Pollo GF\***

Pollo, lechuga, tomate, pepino y queso servido en patacones con su opción de salsa chipotle, aioli de ajo o barbacoa | 6000

### **Chicken Sandwich**

Pollo a la plancha, aguacate, lechuga, tomate, pepino y dijon/mayonesa servido en pan integral hecho en casa | 5000

### **Veggie Burger Sandwich V**

Torta de lentejas hechas en casa servida en pan integral casero con guacamole, lechuga, tomate, pepino y salsa ranchera | 5000

## Wraps

Servido con chips de tortilla y pico de gallo. Opción libre de gluten disponible con papel de arroz

### **Wrap de Pollo**

Pollo, vegetales, lechuga y aderezo cesar | 5000

### **Wrap de Pescado**

Pescado fresco, vegetales, lechuga y aderezo cesar | 5000

### **Wrap de Vegetales V**

Vegetales salteados, lechuga y aderezo de pesto | 5000

### **Spicy Wrap V**

Arroz, frijoles molidos, pico de gallo, queso, chile jalapeño y salsa ranchera | 5000

**Precios no incluyen el 13% de impuestos**

**VG= Vegano V= Vegetariano GF= Libre de Gluten GF\*/VG\*= Opción libre de gluten/Vegano disponible**  
No somos una cocina libre de gluten. Puede haber contaminación cruzada

# ALMUERZO Y CENA

## Tipico de Costa Rica

### **Casado de Pollo o Pescado GF\***

Pollo o pescado, arroz (blanco o integral), frijoles, vegetales, queso, lechuga, pico de gallo y plátanos | 5500

### **Casado Vegetariano VG\* GF\***

Aguacate, arroz (blanco o integral), frijoles, vegetales, queso, lechuga, pico de gallo y plátanos | 5500

### **Arroz con Pollo GF\***

Arroz con pollo servido con ensalada y patacones | 5500

### **Arroz con Camarones GF\***

Arroz con camarones servido con ensalada y patacones | 6000

## Clasicos del Sano Banano

### **Patacones Sano Banano VG GF\***

Plátanos verdes fritos servidos con guacamole, frijoles molidos y pico de gallo | 4000

### **Zuma Bowl VG\***

Arroz blanco o integral cubierto con frijoles, queso, tomate, pepino, aguacate, semillas de girasol, chips de tortilla, culantro y salsa de chipotle-tahini  
Pollo / Pescado/ Tofu | 7000 Vegetariano | 6000

### **Nuggets**

Pollo o pescado, salsa de chipotle y patacones o papas fritas | 6500

### **Fajitas V VG\* GF\***

Tortillas de maiz, guacamole, frijol molido y pico de gallo. Pollo o pescado | 7500 Vegetariano | 6000

### **Quesadillas V**

Tortilla de harina con vegetales y queso rallado  
Servido con pico de gallo  
Pollo, pescado o camarones | 7500 Vegetariano | 6000

### **Enchilada Mexicana**

Tortilla de harina rellena de queso, frijoles molidos y vegetales, cubierta de queso y salsa ranchera  
Pollo o pescado | 8000 Vegetariano | 6500

### **Tostadas Mexicanas V VG\* GF\***

Dos tortillas crujientes cubiertas con aguacate, frijol molido, lechuga, pico de gallo, queso y natilla | 4500

### **Nachos V GF\***

Chips de tortillas hechas en casa, guacamole, pico de gallo, queso rallado, frijol molido y natilla.  
Pollo, pescado o Camarón | Grand 7500 | Peq 4500  
Vegetariano | Grand 6000 | Peq 3500

### **Burrito V**

Tortilla de harina, aguacate, frijoles molidos, lechuga, queso rallado, pico de gallo, natilla y salsa ranchera.  
Pollo o pescado 7500 | Vegetariano 6000

## **Precios no incluyen el 13% de impuestos**

**VG= Vegano V= Vegetariano GF= Libre de Gluten GF\*/VG\*= Opción libre de gluten/Vegano disponible**  
No somos una cocina libre de gluten. Puede haber contaminación cruzada

# ALMUERZO Y CENA

## Pescado Fresco

### **Pescado del día a la Parisienne GF\***

Filet de pescado con salsa de perejil, vino blanco y ajo, servido con pure de papas y vegetales | 8000

### **Pescado del día a la Passion Fruit GF\***

Filet de pescado con salsa de maracuyá, servido con pure de papas y vegetales | 8000

### **Pescado del día a la Jalapeño GF\***

Filet de pescado con una salsa picante de chile jalapeño y ranchera, servido con pure de papas y vegetales | 8500

### **Pescado del día a la Costa Sol GF\***

Filet de pescado con una salsa cremosa de vino blanco con camarones, servido con pure de papas y vegetales | 9000

## Pollo

### **Pollo con Salsa de Piña y Ron GF\***

Pechuga de pollo con una deliciosa salsa de piña y ron, servido con pure de papas y vegetales | 8000

### **Pollo a la BBQ**

Pinchos de pollo, cebolla y chile dulce con salsa de barbacoa, servidos en una base de piña con pure de papas y vegetales | 8500

### **Pollo en Salsa de Hongos GF\***

Pechuga de pollo con una cremosa salsa de hongos, servido con pure de papas y vegetales | 8500

## Curry

### **Curry Thaiandes V VG GF\***

Vegetales en salsa de curry con leche de coco hecha en casa, servido con arroz blanco o integral  
Pollo, Pescado, Camarones o Tofu | 8500  
Vegetales | 7000

## Pasta

### **Pasta Pesto con Hongos V**

Pasta penne con salsa de pesto, vino blanco y hongos frescos salteados, servido con pan con ajo.  
Pollo | 7000 Vegetariano | 6000

### **Pasta Arrabiata V**

Pasta penne con salsa picante de tomate, vino blanco, ajo, perejil y queso parmesano.  
Servido con pan con ajo | 6000

### **Espagueti Sano Banano V VG**

Salsa de vino blanco y leche de coco hecha en casa con albahaca, chile dulce, hongos y aguacate.  
Servido con pan con ajo  
Vegano | 6500 Camarones | 7500

### **Fetuccini con Camarones y Mejillones**

Camarones y mejillones en salsa cremosa de vino blanco. Servido con pan con ajo | 8000

## Para Picar

Papas fritas | 2500  
Yuca Frita | 2500  
Patacones | 2500  
Nuggets de Pollo o Pescado | 3000  
Chips y Pico de Gallo | 2000  
Chips y Guacamole | 2500  
Pan con Ajo | 1600

**Precios no incluyen el 13% de impuestos**

**VG= Vegano V= Vegetariano GF= Libre de Gluten GF\*= Opción libre de gluten disponible**  
No somos una cocina libre de gluten. Puede haber contaminación cruzada.