

ALMUERZO

Comprometidos con el medio ambiente y nuestra comunidad, trabajamos para minimizar nuestro impacto en la tierra utilizando ingredientes y productos naturales y sostenibles.

ENTRADAS

CEVICHE DEL CHEF \$15 GFA

Pescado blanco de pesca responsable y aguacate, servido con chips de plátano.

TORTILLA DE MARISCOS \$12 GFA

Tostada de maíz tostada con cóctel de mariscos, aguacate y maní.

CEVICHE FRITO \$15

Dorado en tempura con aguacate, cebolla morada, tomate cherry y leche de tigre de maracuyá.

CHIPS Y GUACAMOLE \$12 ✓ GFA

Servido con pico de gallo.

ENSALADA MANGLAR \$12

Mix de hojas verdes, fresas, nueces tostadas y reducción de vinagreta balsámica.

AÑADIR POLLO A LA PLANCHA O FILETE DE ATÚN +\$7

TICO NACHOS \$16 ✓ GFA

Chips de maíz con queso mozzarella y cheddar, lechuga, crema agria, puré de frijoles, aguacate y pico de gallo.

Su elección de pollo, carne molida o vegetariano.



LOS PRECIOS INCLUYEN 13% DE IVA Y 10% DE IMPUESTO DE SERVICIO
POR FAVOR, INFORME A SU SALONERO SOBRE CUALQUIER ALERGIA

PLATOS FUERTES

CASADO COSTA RICA \$15 ✓ GFA

Plato típico de Costa Rica con su elección de pollo a la parrilla o pescado a la plancha, servido con frijoles, arroz, plátano dulce y verduras.

OPCIÓN VEGETARIANA DISPONIBLE

PELADA BURGER \$16 GFA

Carne molida de res, tocino, queso cheddar, col rizada, tomate, cebolla asada y mayonesa de chipotle.

TACOS EL MANGLAR \$16 ✓ GFA

Tortilla de maíz con su elección de filete de pescado o pollo, lechuga, pico de gallo, guacamole y mayonesa de chipotle.

TICO QUESADILLAS \$12 ✓ GFA

Tortilla de maíz rellena con su elección de camarón o pollo, queso mozzarella y frijoles molidos. Servidas con pico de gallo y guacamole.

POLLO +\$2 | CAMARONES +\$4

KETO BOWL \$12 ✓ GFA

Pepino, aguacate, brócoli, almendras, tomate cherry, cebolla, huevo y vinagreta de tomate.

AÑADIR POLLO A LA PLANCHA O FILETE DE ATÚN +\$7

GUIONES BOWL \$12 ✓ GFA

Tu elección de atún, pollo, camarón o garbanzos con arroz sushi, vegetales de temporada, piña asada y salsa siracha.

ENSALADA OSTIONAL \$26 ✓ GFA

Camarones a la plancha sobre cama de lechuga, hierbas y guacamole con vinagreta de limón. Acompañado de chips de tiquisque.