

## NATURAL JUICES 11

**orange, mango, strawberry**

a detoxifying combination high in vitamin c

**orange, apple, ginger**

packed with vitamin c and a ginger zing

**cactus leaf, parsley, pineapple, celery and grapefruit**

full of anti-oxidants and fiber

**mandarin, pineapple, spinach**

the perfect combination of flavor, vitamins and iron

**carrot, mint, strawberry, orange**

refreshing, colorful and full of flavor

**guava, apple, kiwi, honey and cinnamon**

bursting with vitamins and natural sweetness

**guava, mango, beetroot, orange**

a purifying combination rich in flavor

**orange, mango, chaya**

experience the benefits of the wonderful chaya herb

**mandarin, plums**

high in vitamin c

**strawberry, watermelon, "hoja santa"**

will help you learn your a,b,c, of vitamins that is!

**orange, celery, apple, mango**

great flavor and lots of cleansing fiber

**orange, pineapple, chaya**

taste the sun and the goodness of chaya

**zapote, passion fruit**

the perfect jet-lag reviver

**coconut, banana, pineapple, dragon fruit**

for those in need of an energy boost

## SMOOTHIES 13

**soy milk, papaya, honey and granola cereal**

a complete breakfast in a glass

**banana, chocolate and coffee**

indulge yourself with this tasty mix

**yogurt, mango, coriander, mint**

great for the digestive system

**ginger, honey, vanilla, green melon**

a natural pick me up  
that is rich in natural goodness

**sweet and comforting condensed milk, corn flakes and berries****banana, nuts and caramel**

energizing, mineral packed and delicious

## PARA EMPEZAR EL DÍA

**ensalada de frutas de la estación acompañadas con yogurt o queso cottage, miel y granola 13**

**muesli con frutos rojos y miel de jengibre 10**

**tazón de yogurt natural con nuestra selección de mermeladas o miel de agave y granola 9**

**selección de panes y muffins 7**

**pan mediterráneo con jitomate, aceite de oliva extra virgen y sal de molino 9**

## ENSALADAS

**ensalada del sultán 18**

(garbanzos, pepino, tomate, hierbas anisadas, rosas, dátiles, jocoque)

**ensalada de berros, brotes y aguacate con atún encurtido, jitomates orgánicos y flor de capuchina 20**

**carpaccio de portobello y alcachofas con vinagreta de ajo-soya-jalapeno 16**

**ensalada Thai 16**

jitomate, toronja, nuez de la India, hierbas y chiles dulces

**ensalada de tataki de atún con vinagreta de soya y ajonjolí 23**

**rollos vietnamitas 21**

camarón, mango, aguacate, pepino, lechuga, hierbas, salsa agripicante con ensalada de mango

## SANDWICHES

**pan pita con hummus al chipotle, jitomate, berenjena, champiñones y queso reggiano 18**

**conserva artesanal de atún, pimientos estofados, pasta de aceitunas y morrones en pan chapata con aioli 22**

**sandwich de pechuga de pavo con queso suizo, aguacate, jitomate y berros en nuestro pan de semillas de girasol 18**

**panini de queso panela con vegetales parrillados y piñones 18**

## JUGOS NATURALES 11

**naranja, mango, fresa**

purificadora combinación, alta en vitamina c

**naranja, manzana, jengibre**

la energía del jengibre y una gran carga de vitamina c

**nopal, perejil, piña, apio y toronja**

balanceada combinación de antioxidantes y fibra

**mandarina, piña, espinaca**

perfecta mezcla de sabores, con vitaminas y hierro

**zanahoria, menta, fresa, naranja**

refrescante, rico en sabor y color

**guayaba, manzana, kiwi, miel y canela**

antioxidante (sube las defensas)

**guayaba, mango, betabel, naranja**

purificante combinación, rica en sabores

**naranja, mango, chaya**

pruebe los beneficios de las maravillosas hojas de chaya

**mandarina, ciruelas**

depurativo y rico en vitamina c

**fresa, sandía, hoja santa**

todos los beneficios de las vitaminas a, b y c

**naranja, apio, manzana, mango**

abundante fibra con delicioso sabor

**naranja, piña, chaya**

una probadita de sol con un benéfico toque de Chaya

**zapote, maracuyá**

perfecto para recuperarse del jet-lag

**coco, plátano, piña, pitahaya**

perfecta mezcla de ingredientes energéticos

## LICUADOS 13

**leche de soya, papaya, miel y granola**

un desayuno completo

**plátano, chocolate y café**

mezcla que consiente al paladar

**yogurt, mango, cilantro y menta**

magnifico para el sistema digestivo

**jengibre, miel, vainilla y melón verde**

dulce y energizante a la vez

**hojuelas de maíz, frutos del bosque y leche condensada**

rico en bondades naturales antioxidantes

**plátano, nuez y cajeta**

deliciosa y energética carga de minerales

## TO START THE DAY

**fresh fruit salad with yogurt, honey, granola cereal /or cottage cheese 13**

**muesli with dry fruits and berries 9**

**plain yogurt with our selection of marmalades, honey with granola 13**

**mediterranean bread with tomato, extra virgin olive oil and ground salt 9**

**selection of pastries and muffins 7**

**plain or Mayan chocolate oat meal with soya or regular milk 9**

add a portion of protein powder to boost your energy....

## SALADS

**the sultan's salad 18**

with chickpeas, cucumber, tomato, fresh herbs, rose, dates and "jocoque" cheese

**salad of watercress, sprouts and avocado pear with pickled tuna, organic tomato and "capuchina" flowers 20**

**carpaccio of portobello mushrooms and artichoke with jalapeño-garlic vinaigrette 16**

**thai salad 15**

with tomato, grapefruit, nuts, herbs and sweet chilies

**tuna tataki salad with soy and sesame vinaigrette 23**

**vietnamese rolls 21**

with shrimps, mango, avocado, cucumber, lettuce, herbs and hot & sour dip with diced mango

## SANDWICHES

**pita bread with "chipotle" hummus, tomato, eggplant, caramelized onion and flakes of "reggiano" cheese 18**

**homemade tuna preserve, braised sweet peppers, olive tapenade and "guindillas" with our ciabatta bread and mild aioli 22**

**turkey breast and swiss cheese sandwich with avocado, tomato and watercress in layers of whole wheat bread with sunflower seeds 18**

**panela cheese panini with grilled vegetables and pine nuts 18**