

ENSALADAS

- ENSALADA DE PERDIZ** ☀️ 😊 ❤️ 💧
Perdiz, Cebolla, Zanahoria, Pimientos asados, Aceite de oliva, Vinagre, Frutos rojos, Ajos, Judías verdes, Piñones. (316 Kc/ 1322 Kj)11,00 €
- ENSALADA MANZANIL FORUM** 😊 ❤️ 💧 🍷
Mezclum hojas, Nueces, Manzana, Pan, Tomate, Mousse mascarpone. (377 Kc/ 1578 Kj)10,00 €
- ENSALADA DE QUESO DE CABRA** ❤️ 💧 🍷
Mezclum, Queso de cabra, Manga, Pera, Mostaza, Leche condensada. (224 Kc/ 938 Kj)14,00 €
- ESTURIÓN ECOLÓGICO DE RIOFRÍO** 😊 💧
Cogollos, Esturión, Tomate, Aceite de oliva, Sal. (236Kc/ 987 Kj)12,00 €

SOPAS CALIENTES

- SOPA DE ESPÁRRAGOS CON ALMEJAS** 😊 ❤️ 💧
Caldo gallina, Espárragos, Almejas, Pimentón seco, Jamón serrano, Sal. (145 Kc/607 Kj)8,50 €
- SOPA SANDÍA** 😊 ❤️ 💧 🍷
Sandía, Mozzarella, Aceite de oliva, Pimienta. (185 Kc/775 Kj)7,00 €
- CALDO DE AVE** 😊 ❤️ 💧
Caldo de: Gallina, Puerro, Cebolla, Huesos blancos, Arroz, Hierbabuena, Vino de jerez, Sal.6,00 €

PESCADOS

- ESTURIÓN FRESCO ECOLÓGICO** 😊 💧 🍷
Esturión, Patatas, Huevas de trucha, Pimiento rojo asado, Aceite girasol, Aceite oliva, Mantequilla, Sal, Pimienta, Nuez moscada, Ajo picado. (437 Kc/1827 Kj)18,00 €
- BACALAO CONFITADO** 😊 💧 🍷
Bacalao, Minipisto: Calabacino, Berenjena, Cebolla, Especies, Aceitunas negras, Aceite de oliva, Sal. (355 Kc/1484 Kj)16,00 €
- TACO DE PEZ ESPADA** 😊 ❤️ 💧 🍷
Pez espada fresco, Cebolla, Pimiento, Aceite de oliva, Mantequilla. (293 Kc/1228 Kj)13,50 €
- RODABALLO** 😊 ❤️ 💧 🍷
Rodaballo, Brócoli, Coliflor, Langostinos, Almendras, Huevo. (358 Kc/1469 Kj)20,00 €
- MERLUZA** ☀️ ❤️ 💧 🍷
Merluza, Almendras, Pan Frito, Chocolate, Aceite De Oliva, Cebolla, Puerro, Sal, Caldo de Pescado. (645 Kc/ 2697 Kj)18,00 €

Nota: precios iva no incluido

Las presentes valoraciones nutricionales están realizadas por personal cualificado de la empresa con los datos aportados de cada plato por el establecimiento y se dispone de dossier completo de las mismas.

Lda. M^a Isabel Cardero Álvarez. N^o Cal-2261



El gusto gira a tu alrededor



ENTRADAS FRÍAS

JAMÓN IBÉRICO DE BELLOTA ☺ ♥ ♠ 🍷 ⬠ (357 Kc / 1493 Kj.)	23,00 €
CAVIAR DE RIOFRÍO PER SÉ ☺ ♥ ♠ (26 Kc/109 Kj.)	25,00 €
SURTIDO DE QUESOS AFINADOS ⬠ 🍷 ⬠ (929Kc / 3884 Kj.)	15,00 €
LAMINADOS DE FOIE MI-CUIT, CON MANZANA ÁCIDA, QUESO FRESCO CAMELIZADO Y LAGRIMA DE BONIATO. ⬠ ⬠ Foie, Manzana ácida, Mantequilla, Queso fresco. (385 Kc / 1611 Kj.)	16,00 €
CARPACCIO DE CHAMPIÑONES NATURALES CON QUESO IDEAZABAL RALLADO Y VINAGRETA DE LIMÓN Y RON AÑEJO ☺ ♥ ♠ ⬠ Champiñones, Queso Ideazabal, Ron añejo, Limón, Boniato, Sal. (162 Kc / 679 Kj.)	12,00 €
SALMOREJO CON MELVA CANUTERA 🌟 ☺ ♥ ♠ ⬠ Melva, Tomate, Pan, Ajo, Aceite de oliva, Sal. (431 Kc/1803 Kj.)	11,50 €
TIMBAL ☺ ♥ ♠ ⬠ Fresas, Aguacate, Cebolleta, Langostinos, Salsa de yogur. (371 Kc/1550 Kj.)	10,00 €
GAZPACHO ANDALUZ ☺ ♥ ♠ Tomate, Cebollas, Ajo, Pimiento, Pepino, Aceite de oliva, Sal. (218 Kc/914 Kj.)	6,00 €
GAZPACHO DE FRESAS ☺ ♥ ♠ Tomates, Cebolla, Ajo, Pimiento verde, Pimiento rojo, Queso parmesano, Fresas, Aceite de oliva, Sal. (323 Kc / 1350 Kj.)	8,50 €
AJO BLANCO ☺ ♥ ♠ Habas secas, Ajo, Anchoas, Cereza. (223 Kc / 931 Kj.)	9,00 €

ENTRADAS CALIENTES

SELECCIÓN DE VERDURAS DE TEMPORADA CON VINAGRETA DE HIERBAS AROMÁTICAS Y SAL DE ALGAS ☺ ♥ ♠ Verduras naturales, Sal de algas, Aceite de oliva, Especies. (138 Kc/578 Kj.)	10,50 €
PULPO AL JEREZ CON PATATAS PRIMAVERA Y MOJO PICÓN ☺ ♥ ♠ Pulpo, Vino jerez, Patatas, Pimientos asados, Vinagre, Ajo, Aceite oliva, Sal, Especies. (269 Kc/1124 Kj.)	18,50 €
HUEVOS A BAJA TEMPERATURA ☺ ♠ 🍷 🍷 Huevos, Bacalao, Aceite de oliva, Espárragos, Patatas, Sal. (335 Kc/1403 Kj.)	10,50 €
PENNE REGATE 🌟 ☺ ♥ ♠ Pasta, Tomate, Piñones, Queso parmesano, Especies. (514 Kc/2151 Kj.)	9,50 €

CARNES

CHULETILLAS DE CORDERO 🌟 ☺ ♥ ⬠ ⬠ Chuletillas, Pan, Chorizo, Pimiento verde, Sal escamas, Aceite de oliva. (392 Kc/1641 Kj.)	14,00 €
BROCHETA DE TERNERA-BUEY ☺ ♠ 🍷 Solomillo de ternera, Solomillo de buey, Cebolla, Verduras, Pimientos, Calabacino, Zanahoria, Virutas foie. (316 Kc/1323 Kj.)	20,00 €
SOLOMILLO DE TERNERA ☺ ♠ 🍷 Solomillo de ternera, Verduras, Patatas bastón. (276 Kc/1155 Kj.)	20,00 €
SOLOMILLO DE BUEY 🌟 ☺ ♥ ♠ 🍷 Solomillo de buey, Pan tostado, Cebolla, Boletus, Ajo, Aceite de oliva, Sal escamas. (575 Kc/2404 Kj.)	21,00 €
SOLOMILLO DE CERDO RELLENO ☺ ♠ 🍷 ⬠ ⬠ Solomillo de cerdo, relleno: Cebolla morada, Kikos fritos, Queso feta, Zumo de naranja natural, Licor naranja, Sal escamas. (474 Kc / 1981 Kj.)	14,00 €
ENTRECOTTE DE TERNERA ☺ ♠ 🍷 ⬠ Ternera, chimichurri, Pimiento rojo, Cebolla, Vinagre, Sal, Aceite de sésamo, Aceite de oliva. (539 Kc/2255Kj.)	17,00 €
RACIÓN DE PIERNA DE CORDERO 🍷 Cordero, Mango, Piñones, Almendras, Aceite de Oliva, Vino Tinto, Azúcar, Pasas, Cebolla, Canela, Sal Escamas. (915 Kc/3827 Kj.)	14,00 €
CARRILLADA DE TERNERA ☺ ♠ 🍷 Carrillada, Sofrito: Cebolla, Tomate, Zanahorias, Pimiento Seco, Aceite de Oliva, Vino Tinto, Pimienta en grano, Patatas, Mantequilla, Sal, Nuez Moscada, Vainilla Esencia. (471 Kc/1972 Kj.)	12,50 €
COSTILLA ANGUS BLACK ♠ 🍷 ⬠ Costilla, Mostaza, Miel De Flores, Aceite De Oliva, Tamillo, Sal Escamas, Frutos Secos (Orejones, Ciruelas Pasas, Almendras), Patatas. (442 Kc/1848 Kj.)	12,00 €
PRESA IBÉRICA 🌟 ☺ ♥ ♠ 🍷 Presa, Pan, Almendras, Caldo de Pollo, Ajos, Aceite de Oliva, Sal. (417 Kc/1743 Kj.)	14,00 €

POSTRES

TIRAMISÚ 🌟 🍷 Mascarpone, Bizcocho, Yemas de huevo, Cacao polvo, Jarabe de Café y Amaretto, Chocolate, Azúcar, Nata. (762 Kc/3187 Kj.)	5,00 €
DAMA BLANCA 🌟 🍷 ⬠ Vainilla, Chocolate, Mantequilla, Crema chantilly (Nata Montada, Azúcar Glasse, Vainilla Esencia) Crema Sabayon (Yemas, Azúcar Glass, Vino Blanco Duke). (570 Kc/2383 Kj.)	5,00 €
BIZCOCHADA 🌟 ♥ ♠ ⬠ 🍷 ⬠ Bizcochada, Crema de natillas: Yemas, Leche, Azúcar, Canela en polvo, Sorbete de chocolate, Matalahúga, Fresas, Naranja, Limón. (563 Kc/2355 Kj.)	5,00 €
HOJALDRE 🌟 ⬠ Hojaldre congelado, Crema de azafrán (Nata Montada, Azafrán, Leche), Fruta natural, Miel de caña. (526 Kc/2199 Kj.)	5,00 €
MIGAS DE CHOCOLATE 🌟 ♥ ♠ 🍷 ⬠ Magdalenas de chocolate, Chocolate, Sorbete de naranja. (464 Kc/1941 Kj.)	5,00 €
MOUSSE DE DOS CHOCOLATES Y CREMA DE NARANJA 🍷 ⬠ Mousse chocolate: Chocolate, Yemas, Azúcar, Claras de huevos, Mousse chocoblanco: Chocoblanco, Yemas, Claras de huevos Crema naranja: Limón, Naranja, Maicena, Azúcar, Mantequilla, Huevos. (549 Kc/2298 Kj.)	5,00 €

Información dietética

(Recomendación: ajuste su dieta con una buena combinación de platos)

- 🌟 Con gluten, harina o almidón.
- ☺ Bajo contenido en azúcares (apto para diabéticos).
- ♥ Nivel bajo de grasa saturadas (< 10g)
- ♠ Nivel bajo de colesterol (< 100mg)
- 🍷 Alto aporte proteico (> 28g)
- ⬠ Alto contenido en sodio (> 300 mg)
- 🍷 Contiene huevo, albúmina o lecitina
- ⬠ Contiene leche, lactosa o proteína de leche

Menú Infantil

Nutricionalmente Equilibrado (35% de una dieta de 2000Kc)

- 1º Ensalada mixta: lechuga, tomate, zanahoria, aceituna, aceite de oliva
 - 2º Pollo con guarnición de arroz: Pollo, arroz, tomate, cebolla, orégano, aceite.
 - 3º postre: macedonia de frutas naturales:
- Pan

698 Kc / 2918 Kj.
Hidratos: 95g-55%
Proteínas: 27g-15%
Grasas: 23g-30%