

la hiquerita
SPORT LOUNGE

DESAYUNO | MERIENDA

BREAKFAST | SNACK

BOCADILLOS Y TOSTAS

SANDWICHES AND TOASTS

PITUFO | PITUFO CEREALES | BOCADILLO | BOCADILLO CEREALES

ROLL | ROLL CEREAL | BIG ROLL | BIG CEREAL ROLL

	P/S	G/L
Mantequilla y mermelada Butter and jam	2.50	3.25
Tomate y aceite Tomato and olive	2.50	3.25
Pavo braseado y queso fresco Roast turkey and fresh cheese	3.00	4.25
Tortilla francesa French omelette	3.50	4.75
Mixto (jamón york y queso) Ham and cheese	3.00	4.25
Catalana con jamón de trevelez "Catalana" with trevelez ham	3.50	5.50
Aguacate, queso fresco y rúcula Avocado, fresh cheese and rocket	3.50	5.00
Vegetal de atún (lechuga, mahonesa, atún, zanahoria rallada, maíz) Tuna (lettuce, mayonnaise, tuna, grated carrot, sweetcorn)	3.00	4.25
Sándwich mixto Ham and cheese sandwich	3.50	
Tosta de mantequilla de cacahuete con plátano y semillas de amapola Peanut butter toast with banana and poppy seeds	3.80	
Tosta de queso ricotta, nueces, miel de caña y canela Ricotta cheese, walnuts, honey and cinnamon toast	3.80	
Tosta de huevos revueltos, aguacate, pipas de calabaza y rúcula Scrambled eggs, avocado, pumpkin seeds and rocket toast	4.25	

TORTILLAS

OMELETTES

SOLO DESAYUNOS - 1 TOPPING INCLUIDO (suplemento 1,50€)

(Tomate - queso - cebolla - pimiento rojo - pavo braseado - seta de temporada - jamón york - atún)

ONLY BREAKFAST - 1 TOPPING INCLUDED (suplement 1,50€)

(Tomato - cheese - onion- red pepper - roast turkey - seasonal mushroom - york ham - tuna)

2 Huevos 2 Eggs 4.00

Claras Egg whites 4.50

COMPLETA TU DESAYUNO

COMPLETE YOUR BREAKFAST

Crema de yogurt con frutos rojos 4.00
Yoghurt cream with red berries

Crema de yogurt con carpaccio de kiwi y almendras tostadas 4.50
Yoghurt cream with kiwi carpaccio and roasted almonds

Tartar de frutas de temporada con jugo pomelo 5.00
Seasonal fruit tartare with grapefruit juice

Porridge de avena con nueces y frutos rojos 4.50
Oat porridge with walnuts and berries

CAPRICHOS DULCES

SWEET TREATS

Tarta del día 4.50
Cake of the day

Cookies de chocolate o cookies chispas 2.50

Croissant XL 2.50

Bollería del día 2.00
Pastries of the day

Crepes + 1 topping (NUTELLA / PLÁTANO / FRESAS / NATA MONTADA) (NUTELLA / BANANA / STRAWBERRIES / WHIPPED CREAM) 4.50

Topping extra 1.50

¿COMPARTIMOS?
SHALL WE SHARE?

Tomate huevo de toro aliñado con melva y perlas de aceto Beef tomato dressed with frigate mackerel and pearls of vinegar	9.50
Ensalada César con pollo asado, anchoas y lascas de parmesano Caesar salad with roast chicken, anchovies and parmesan flakes	10
Ensalada quinoa, langostinos y vinagreta de soja Quinoa salad, prawns and soy vinaigrette	10
Ensalada de arroz integral, sandía, aguacate y aliño thai Brown rice salad, watermelon, avocado and thai dressing	10
Burratina servida con uvas, pistachos y lima Burratina served with grapes, pistachios and lime	12.50
Tabla de jamón trevelez y queso cabra al romero con chutney de mango y frutos secos Trevelez ham and rosemary goat cheese platter with mango chutney and nuts	16.00
Nachos San Fernando (gratinados con pico de gallo, crema agria y jalapeños) San Fernando Nachos (au gratin with pico de gallo, sour cream and jalapeños)	8.50
Hummus de aguacate con chips de plátano Avocado hummus with plantain chips	8
Barritas de queso Halloumi fritas con mermelada de higos Fried Halloumi Cheese Sticks with Fig Jam	8
Finger de pollo con salsa BBQ ahumada Chicken finger with smoked BBQ sauce	8.50

¡CON LAS MANOS! WITH YOUR HANDS!

**NUESTROS BOCADILLOS IRÁN ACOMPAÑADOS DE
GUARNICIÓN A ALEGIR: PATATAS FRITAS - BATATA - ENSALADA**

ALL SANDWICHES WILL BE ACCOMPANIED BY A SIDE DISH
OF YOUR CHOICE: FRIED POTATO - SWEET POTATO - SALAD

Burger de ternera con queso Monterrey Jack, cebolla caramelizada, bacon y salsa americana Beef burger with Monterey Jack cheese, caramelized onions, bacon and american sauce	11.50
Burger de pollo crujiente, queso azul, jalapeños y pico de gallo Crispy chicken burger with blue cheese, jalapeños and pico de gallo	10.50
Burger vegetariana de soja, germinado de cebolla y salsa de mostaza y miel Vegetarian soy burger, onion sprouts and honey mustard sauce	10.50
Wrap de pollo con salteado de verduras y salsa de yogurt y menta Chicken wrap with sautéed vegetables and yoghurt and mint sauce	9.50
Serranito de cerdo con mahonesa de piquillos, jamón de Trevelez y queso curado Pork Serranito with piquillos mayonnaise, Trevelez ham and cured cheese	9.50
Sándwich vegetal de aguacate y pepino con aliño cítrico Avocado and cucumber vegetable sandwich with citrus dressing	9
Bagels de salmón ahumado y tres quesos al eneldo Smoked salmon and three cheese dill bagels	9.50

PLATOS FUERTES

MAIN COURSES

Pad thai de pollo y langostinos Chicken and prawn pad thai	12.50
Pasta del día con salsa a elegir (TOMATE Y ALBAHACA / BOLOÑESA / CARBONARA / SALTEADA CON GUINDILLA, CHERRY Y ALBAHACA) Pasta of the day with choice of sauce (TOMATO AND BASIL / BOLOGNESE / CARBONARA / SAUTEED WITH CHILLI, CHERRY AND BASIL)	9.50
Fish & chips con salsa tártara y gajos de lima Fish & chips with tartar sauce and lime wedges	12.50
Pizza Margarita Margarita Pizza	8.50
Pizza de jamón y champiñón Ham and mushroom pizza	9.50
Pizza de atún y olivas Tuna & Olive Pizza	10

NUESTROS CAPRICHOS MÁS DULCES

OUR SWEETEST TREATS

Tartar de frutas de temporada con zumo de pomelo Seasonal fruit tartare with grapefruit juice	5
Tarta del día acompañada de chantilly envejecida Cake of the day with aged chantilly	4.50
Brownie de chocolate y nueces con helado de vainilla Chocolate and walnut brownie with vanilla ice cream	4.50
Carrot cake con ralladura de lima y helado de canela Carrot cake with lime zest and cinnamon ice cream	4.50

BEBIDAS

DRINKS

ZUMOS Y BATIDOS

JUICES AND SHAKES

Zumo botella 200 ml. Juice bottle 200ml	2
Zumo naranja natural (P / G) Fresh orange juice (S / L)	3/4
Batido 200 ml. Shake 200ml	2
Batido proteínas Protein shake	3.50

CAFÉ

COFFEE

Café solo Black coffee	1.80
Café con leche Coffee with milk	2
Cappuccino / Latte	2.50
Café irlandés Irish coffee	4.50
Carajillo (Baileys / Anís)	3.50
Descafeinado de sobre Decaffeinated sachet	2
Vaso de leche Glass of milk	1.50
Colacao Cocoa	2

TÉS E INFUSIONES

TEAS AND INFUSIONS

Té negro, té verde Black tea, green tea	2
Menta poleo, tila, manzanilla Pennyroyal, lime blossom, camomile tea	2
Selección Tés del Mundo World Teas Selection	2.50

REFRESCOS Y AGUA

SOFT DRINKS

Coca Cola, Fanta, 7up, Aquarius, Nestea Coca Cola, Fanta, 7up, Aquarius, Nestea	1.80
Red Bull Red Bull	2.50
Agua 500 ml. Water 500 ml.	3
Agua 1,5 L. Water 1,5 L.	1.50
Agua con gas 500 ml. Sparkling water 500 ml.	2

CERVEZAS

BEERS

BARRIL DRAUGHT

Caña San Miguel Small glass of San Miguel	2.25
Caña grande San Miguel Large glass of San Miguel	4

BOTELLAS 330ML BOTTLES 330ML

Estrella Galicia, Mahou, San Miguel	2.75
San Miguel 0,0%, San Miguel sin gluten	2.75
Alhambra Reserva, Heineken	3.75

VINOS Y SANGRÍA

WINES AND SANGRÍA

Copa vino (tinto, blanco, rosado) Glass of wine (red, white, rosé)	3.50
Copa cava Cava glass	3.50
Botella vino (tinto, blanco, rosado) Bottle of wine (red, white, rosé)	15
Botella cava Bottle of cava	15
Tinto de verano Summer red wine	3.50
Copa sangría Sangria glass	5
Copa sangría cava Sangria cava glass	6
Jarra sangría Sangria pitcher	13
Jarra sangría cava Pitcher sangria cava	16
Aperol Spritz Aperol Spritz	8