

# SOL Y SOMBRA

## SWIM & RESTAURANT

### ENTRANTES Y ENSALADAS

#### APPETIZERS AND SALAD

Jamón Ibérico con tomate aceite de oliva virgen y pan tostado <i>Iberian Ham with grated tomato, virgin olive oil and toasted bread</i>	29.00€
Queso Manchego <i>Manchego cheese</i>	22.00€
Ensalada César con pollo, costrones queso parmesano y bacón <i>Caesar salad with chicken, croutons, parmesan cheese and bacon</i>	18.50€
Salmorejo Sol y Sombra <i>Sol y Sombra Salmorejo</i>	14.50€
Ensalada de la huerta murciana <i>Murcian salad</i>	15.50€
Dúo de tomate y queso mozzarella al pesto <i>Tomato and mozzarella cheese duo pesto</i>	16.50€
Ensalada de queso de cabra caramelizado, tomates cherry y vinagreta de frutos secos <i>Caramelized goat cheese salad with dried fruit vinaigrette and cherry tomatoes</i>	18.50€
Calamares a la andaluza <i>Andalucian style calamari</i>	19.50€
Gambas al ajillo <i>Prawns with garlic</i>	24.00€

### DE NUESTROS MARES

#### FROM THE SEA

Lubina abierta con sofrito de ajos <i>Seabass with fried garlic cloves</i>	26.00€
Calamar nacional a la plancha con salsa verde <i>Grilled national squid with green sauce</i>	24.00€
Salmón a la plancha <i>Grilled salmon</i>	24.00€

### DE NUESTRA TIERRA

#### FROM THE LAND

Solomillo de ternera <i>Beef tenderloin</i>	33.00€
Chuleta de cordero <i>Lamb chop</i>	28.00€
Muslos de pollo marinados <i>Marinated chicken thighs</i>	17.50€

**GUARNICIÓN / GARNISH:**  
Patata asada y pimiento / *Baked potato and green pepper*

**SALSAS / SAUCE:**  
Pimienta verde, queso azul o Pedro Ximénez / *Green pepper, blue cheese or Pedro Ximénez*

Servicio de pan / *Bread service 3,50€*

### SNACKS Y SÁNDWICHES

#### SNACKS AND SANDWICHES

Sándwich doble mixto Queso, jamón york y mantequilla <i>Toasted cheese, ham and butter double sandwich</i>	14.50€
Club sándwich Pollo, tomate, bacon, huevo, lechuga y mayonesa <i>Chicken, tomato, bacon, egg, lettuce, and mayonnaise</i>	19.00€
Baguette multicereal de salmón Crema de queso, pepino y patatas fritas <i>Salmon multigrain baguette</i> <i>Cream cheese, cucumber &amp; French fries</i>	17.50€
Wrap de pollo y guacamole Tortilla de harina con pollo al cajún, guacamole, nata agria y lechuga <i>Chicken and guacamole wrap</i> <i>Flour tortilla with cajun chicken, guacamole, sour cream and lettuce</i>	18.00€
Hamburguesa Sol y Sombra Hamburguesa clásica 100% carne de vacuno de 170gr servido con cebolla roja marinada en vinagre y soja con queso, bacon y patatas fritas <i>Sol y Sombra Burger</i> <i>Classic burger 100% beef meat 170 gr served with marinated red onion with vinegar and soya sauce with cheese, bacon and French fries</i>	20.00€

### PASTA DEL DÍA

#### PASTA OF THE DAY

Con su elección de salsa: Tomate, Boloñesa o Carbonara <i>With your choice of:</i> <i>Tomato, Bolognese or Carbonara</i>	16.00€
---	--------

### PAELLA MIXTA

#### SEAFOOD AND MEAT PAELLA

Precio por persona, mín. 2 personas. Tiempo mín. 30 min <i>Price per person, min. 2 persons.</i> <i>Minimum waiting time 30 min</i>	26.00€
--	--------

### POSTRES / DESSERTS

Brownie de chocolate con helado vainilla <i>Brownie with vanilla ice cream</i>	7.50€
Tarta de manzana con helado de manzana verde <i>Apple cake with green apple ice cream</i>	7.50€
Pan de Calatrava con helado de vainilla y canela <i>Calatrava cream caramel with vanilla ice cream and cinnamon</i>	7.50€
Helados ( 2 Bolas ) Helado de vainilla, helado de frambuesa con trocitos de fresa, sorbete de limón, sorbete de manzana verde <i>Vanilla ice cream, raspberry ice cream with strawberry pieces, lemon sorbet, green apple sorbet</i>	7.50€



Si es alérgico a cualquier ingrediente, por favor especifíquelo en el momento de efectuar su pedido,

ya que algunos ingredientes que utilizamos no están especificados en la carta. Reglamento (UE) N 1169/2011

Establecimiento con información disponible en materia de alergias e intolerancias alimentarias. Soliciten información a nuestro personal. Todos los precios incluyen IVA.

*If you have any food allergies, please tell us when ordering, as some of the ingredients we use are not specified in the menu Regulation (EU) No 1169/2011*

*Establishment with information available about allergies and food intolerances. Ask our staff for information. All prices include VAT.*