



## HEALTHY LUNCH / LUNCH SALUDABLE

### Appetizers / Entradas

#### Guacamole

Made at your table, with delicious Mexican sauce and tortilla chips /  
*Hecho en su mesa a su gusto, con deliciosa salsa mexicana y totopos*

#### \* Shrimp Ceviche Baja style / \* *Ceviche de Camarón estilo Baja*

Marinated shrimp with lemon juice, tomato, serrano pepper, onion and coriander / *Camarón marinado con jugo de limón, tomate, chile serrano, cebolla y cilantro*

#### \* Fish Ceviche Baja style / \* *Ceviche de Pescado estilo Baja*

Catch of the day marinated with lemon juice, tomato, serrano pepper, onion and coriander / *Pesca del día marinado con jugo de limón, tomate, chile Serrano, cebolla y cilantro*

#### Imperial Crab Salad Tostadas / *Tostadas de Ensalada de Cangrejo Imperial*

Accompanied with avocado, carrot, tomato and chipotle mayonnaise / *Acompañado de aguacate, zanahoria, tomate y mayonesa de chipotle*

#### Seafood and Mexican Sausage Sope / *Sopes de Frutos del Mar con Chorizo*

Served with refried beans, lettuce, cabbage, cheese, sour cream and molcajete sauce / *Acompañados de frijoles refritos, lechugas, repollo, queso, crema agria y salsa de molcajete*

#### Fried Quesadillas of La Baja / *Quesadillas Fritas de la Baja*

Stuffed with pumpkin flower with shrimp, holy leaf, chorizo and green tomatillo sauce with avocado / *Rellenas de flor de calabaza con camarones, hoja santa, chorizo y salsa verde de tomatillo con aguacate*

#### Quesadillas

Chicken / *Pollo*

Steak / *Arrachera*

Shrimp / *Camarón*

Made with flour tortilla served with guacamole and Mexican sauce / *Tortilla de harina acompañado con guacamole y salsa mexicana.*

### Soups and Salads / Sopas y Ensaladas

#### Green Beans Salad / *Ensalada de Ejotes Tiernos*

With fresh tomatoes, feta cheese, olives, purple onion, egg and oregano vinaigrette / *Acompañadas de tomates frescos, queso feta, aceitunas, cebolla morada, huevo, vinagreta de orégano*

#### La Roca Salad / *Ensalada La Roca*

Mixed lettuce, beets, shrimp brochette, salmon slices, asparagus, cherry tomato and capers vinaigrette / *Lechugas mixtas, betabel, brocheta de camarón, láminas de salmón, espárragos, tomate Cherry y vinagreta de alcaparras*

#### Portobello Salad / *Ensalada de Portobello*

With spinach, baked tomatoes, garlic bread and truffle oil and tangerine vinaigrette / *Acompañadas de espinacas, tomates horneados, pan con ajo y aceite de trufa y vinagreta de mandarina*

#### Fresh Green Salad / *Ensalada Verde Crujiente*

Accompanied with avocado, green tomato, green beans, celery, asparagus, broccoli and Italian vinaigrette / *Acompañadas de aguacate, tomatillo, ejotes, apio, espárragos, brócoli y vinagreta italiana*

#### Clam Chowder / *Crema de Almeja*

Served with croutons and clam stew / *Acompañada de crotones y estofado de almeja*

#### Yucatan Style Lima Soup / *Sopa de Lima Estilo Yucatán*

Served with chicken, crispy tortilla and cilantro / *Servida con pollo, tortilla crujiente y cilantro*

- \* In compliance with Mexican regulations regarding raw ingredients, these menu selections are served at the customer's desire
- \* En cumplimiento con normas de salubridad referentes a ingredientes crudos, se sirve el platillo bajo riesgo del consumidor



## HEALTHY LUNCH / LUNCH SALUDABLE

### Main Dishes / Platos Fuertes

#### Baja Style Shrimp or Fish Tacos / *Tacos Estilo Baja de Camarón o Pescado*

With flour tortilla, coleslaw, cream and Mexican sauce / *Con tortilla de harina, ensalada de col, crema y salsa mexicana*

#### Fajitas

Chicken / *Pollo*

Flank Steak / *Arrachera*

Shrimp / *Camarón*

Seasoned and Served with bell pepper, onion, guacamole and refried beans / *Sazonadas y servidas con pimienta, cebolla.*

#### Lobster Enchiladas / *Enchilada de Langosta*

With poblano chili sauce and corn salad / *Bañadas con salsa de chile poblano y ensalada de elotes*

#### Grilled Chicken Breast / *Pechuga de Pollo a la Parrilla*

With cous cous sautéed with nuts, vegetables and orange sauce / *Con cous cous salteado con frutos secos, vegetales y salsa de naranja*

#### Roasted Skirt Steak / *Arrachera Rostizada*

With zucchini blossom and huitlacoche quesadilla, mushroom gratin and bacon sauce served with guacamole and refried beans / *Acompañada de quesadilla de flor de calabaza con cuítlacoche, gratín de champiñones y salsa de tocino guacamole y frijoles Refritos*

#### Sea Bass Fillet Stuffed with Crab / *Filete de Cabrilla Relleno de Cangrejo*

With mashed pea, braised leek with thyme and tomato sauce / *Montada sobre puré de chícharo, poro braseado con tomillo y salsa de tomate*

#### Curry Sautéed Shrimp / *Camarones Salteados con Curry*

Accompanied by spaghetti with vegetable, coriander rice and coconut and basil sauce / *Acompañados de espagueti de vegetales, arroz al cilantro y salsa de coco con albahaca*

#### Homemade Fettuccini / *Fettuccini Hecho en Casa*

Served with mussels, Mexican sausage, bacon, garlic, cilantro and cherry tomatoes / *Acompañados de mejillones, chorizo, tocino, ajo, cilantro y tomates cherrys*

#### Whole Red Snapper / *Huachinango Entero a la Parrilla*

Accompanied with rice and vegetables / *Acompañado de arroz y vegetales*

#### Octopus Stew / *Estofado de Pulpo*

With chistorra, peppers, onion, asparagus, green olives, banana and parsley / *Con chistorra, pimientos, cebolla, espárragos, aceitunas verdes, plátano macho y perejil*

#### Baked Salmon with Yellow Lemon / *Salmón al Horno con Limón Amarillo*

Accompanied with arugula salad, mashed potatoes with garlic and hollandaise sauce / *Acompañado de ensalada de arugula, puré de papa con ajo y salsa holandesa*

### Sandwiches

#### Grand Solmar Hamburger / *Hamburguesa Grand Solmar*

With bacon, lettuce, tomato, pickles, onion, served with potato salad, French fries or sweet potato chips / *Con tocino, lechuga, tomate, pepinillos, cebolla, servido con ensalada de papa, papas a la francesa o chips de camote*

#### Club Sandwich

With bacon, lettuce, tomato, pickles, onion, served with potato salad, French fries or sweet potato chips / *Jamón, pechuga de Pavo, tocino, lechuga, tomate, servido con ensalada de papa, papas a la francesa o chips de camote*

#### BLT

Lettuce, tomato, bacon served with potato salad, French fries or sweet potato chips / *Lechuga, tomate, tocino servido con ensalada de papa, papas a la francesa o chips de camote*