

La Mar

RESTAURANT



BREAKFAST
MENU
LUNCH TAPAS

- DESAYUNO - BREAKFAST -

(Extra Ingredient + 1,00€)



4,45€

Desayuno Inglés

2 tostadas, 1 huevo, 2 bacon inglés, 1 sashicha y judías

English Breakfast

2 toasts, 1 egg, 2 english bacon, 1 sausage and beans



5,75€

Super Desayuno

4 tostadas, 2 huevos, 2 bacon inglés, 2 sashichas, 1 hash brown y judías

Super Breakfast

4 toasts, 2 eggs, 2 english bacon, 2 sausages, 1 hash brown and beans



3,95€

Bacon con huevo y papas fritas

Bacon with fried eggs and
chips



3,45€

Huevos revueltos con tostadas
Scrambled eggs with toasts



3,45€

Judías con tostadas
Beans with toasts

SANDWICHES

(Extra Ingredient + 1,00€)



3,75€

Mixto
Ham & cheese



4,75€

Tropical



4,75€

Atún
Tuna



4,95€

Club Sandwich



4,15€

Queso y cebolla
Cheese and onion



4,75€

Ternera
Beef



4,75€

Pollo
Chicken



4,75€

Bacon



4,75€

Gambas
Prawns



4,75€

Queso y Tomate
Tomato & Cheese



4,50€

Salsicha
Sausage

- BOCADILLOS - BREAD ROLLS -

(Extra Ingredient + 1,00€)



5,50€

Bocadillo de ternera
Beef Baguette



5,25€

Bocadillo de pollo
Chicken Baguette



4,65€

Bocadillo de atún
Tuna Baguette



4,50€

Jamon y queso
Ham and cheese Baguette



5,25€

Bocadillo con bacon
Bacon Baguette

- ROLLS -

(Extra Ingredient + 1,00€)

Jamón y Queso
Ham and Cheese

4,50€

Bacon
Bacon

5,25€

Pollo
Chicken

5,95€

Atún
Tuna

5,95€

Gambas
Prawns

6,75€

Ternera
Beef

6,75€



- HAMBURGUESAS - BURGERS -

(Extra Ingredient + 1,00€)



4,95€

Hamburguesa
Burger



5,50€

Hamburguesa de pollo
Chicken Burger



5,50€

Hamburguesa con queso
Cheeseburger



6,45€

Hamburguesa con bacon y huevo
Bacon and egg Burger



7,25€

Hamburguesa Doble
Double Burger

- TORTILLAS - OMELETTES -

(Extra Ingredient + 1,00€)

Tortilla Francésa
French omelette

5,50€

Tortilla Española
Spanish omelette

6,50€

Tortilla con champiñones
Omelette with mushrooms

6,25€

Tortilla con jamón y queso
Ham & cheese omelette

6,25€

Tortilla con gambas
Omelette with prawns

7,50€

Tortilla con atún
Omelette with tuna

6,50€



- PLATOS COMBINADOS -
- MIXED DISHES -



9,50€

Calamares Fritos
Fried Squids



9,50€

Calamares a la plancha
Grilled Squid



9,50€

Gambas a la plancha (10)
Grilled prawns (10)



15,50€

Lenguado a la plancha
Grilled Sole



17,00€

Lubina o Dorada a la plancha
Grilled Gold Bream or Sea Bass



9,95€

Sardinas a la plancha
Grilled sardines



9,50€

Gambas Fritas(10)
Fried Prawns(10)



9,50€

Filete de pescado a la plancha
Grilled Fish Fillet



9,50€

Pescado frito con papas
Fish and chips



9,95€

Costillas Barbacoa
Bbq Spare Ribs



13,95€

Entrecote a la plancha
Grilled Sirloin Steak



10,50€

Escalope de Pollo
Chicken Escalope



10,50€

Aguacate con gambas
Avocado with prawns



9,95€

Chuleta de cerdo
Grilled pork chop



8,95€

Medio pollo asado
Half roast chicken



13,95€

Pulpo a la Gallega
Galician style Octopus



8,95€

Pechuga de pollo
Grilled chicken breast



8,25€

Cocktail de gambas
Prawn cocktail



14,50€

Salmón a la plancha
Grilled salmon



11,50€

Solomillo de cerdo
Pork fillet



14,50€

Chocos a la plancha
Grilled cuttlefish

- PIZZA -

Margherita

tomate, mozzarella
tomato, mozzarella

7,95€

Pepperoni

tomate, mozzarella, pepperoni, chili hot !
tomato, mozzarella, pepperoni, chili hot !

9,50€

Hawaii

tomate, mozzarella, jamón, piña
tomato, mozzarella, ham, pineapple

9,50€

4 Estaciones

tomate, mozzarella, jamón, champiñones,
mejillones y gambas
tomato, mozzarella, ham, mushrooms,
mussels and prawns

10,50€

New York

tomate, mozzarella, bacon, huevo, cebolla
tomato, mozzarella, bacon, egg, onion

9,50€

La Mar

tomate, mozzarella, gambas, atún, cebolla, orégano
tomato, mozzarella, prawns, tuna, onion, oregano

10,50€



- SOPAS - SOUPS -



5,75€

Sopa de Mariscos
Seafood Soup



4,25€

Sopa de Tomate
Tomato Soup



4,25€

Sopa de verduras
Vegetables Soup



4,35€

Sopa de Cebolla
Onion Soup



4,55€

Sopa de Pollo con Fideos
Chicken Noodle Soup

- PASTA -



8,50€

Espaguetis Boloñesa
Spaghetti Bolognese



9,50€

Espaguetis Carbonara
Spaghetti Carbonara



13,50€

Espaguetis Frutti di mare
Seafood Spaghetti



12,50€

Espaguetis all'Aglio
Spaghetti all'Aglio



8,95€

Penne Cazadora
Penne Cazadora



9,50€

Penne 4 Quesos
Penne 4 Cheeses



8,50€

Penne Arrabbiata (bland)
Penne Arrabbiata (spicy)



7,95€

Lasaña
Lasagna



10,50€

Penne Pepper Steak
Penne Pepper Steak



9,50€

Penne Curry
Penne Curry

- ENSALADAS - SALADS -



7,25€

Lechuga, tomate, atún y queso
Lettuce, tomato, tuna and cheese



6,95€

Lechuga, tomate y queso
Lettuce, tomato and cheese



7,95€

Ensalada Tropical
Tropical salad



6,95€

Ensalada mixta
Mixed salad



7,95€

Melon con jamon
Melon with ham



7,25€

Ensalada Caprese
Caprese salad



7,95€

Ensalada de pollo
Chicken salad



8,50€

Ensalada Cesar
Cesar Salad

- ESPECIALIDADES -
- SPECIAL DISHES -



Paella Mixta
Mixed Paella

1 pers	2 pers
16,00€	32,00€

Paella de pescado y marisco
Fish and Seafood Paella

1 pers	2 pers
15,50€	31,00€

Paella de Vegetales
Vegetables Paella

1 pers	2 pers
13,00€	26,00€

Paella Canaria
Canarian Paella

1 pers	2 pers
14,50€	29,00€

Parrillada de Pescado y Marisco
Mixed Grilled Fish & Seafood

1 pers	2 pers
21,00€	42,00€



Zarzuela de Pescado y Marisco
Fish and Seafood "Zarzuela"

1 pers	2 pers
21,00€	42,00€

