



# Manq'a



restaurante

**ALMUERZOS / 12:00-15:00 Hrs**

Sucursal Sur

Manq'a nace el 2014 con apoyo de ICCO Cooperación y Melting Pot como escuelas de cocina en la ciudad de El Alto, con el objetivo de generar mejores oportunidades de vida para jóvenes de escasos recursos en Bolivia y víctimas del conflicto armado en Colombia. En 8 años ha formado a más de 5.500 jóvenes cocineros y 2000 emprendedores.

Manq'a Restaurante es un emprendimiento con impacto social que celebra, valora y destaca los productos de nuestra tierra.

En el 2020 fuimos reconocidos por la prestigiosa lista de Latin American's 50 Best Restaurants con la mención "El Espíritu de América Latina", una colección sin ranking de restaurantes locales de América Latina que logran un impacto positivo en sus comunidades, culturas y cocinas.

En el 2021, en el marco de la cumbre de sistemas alimentarios de las Naciones Unidas, Manq'a Restaurante fue elegido entre las 50 Mejores PYMES a nivel mundial por promover una alimentación saludable a partir de la promoción del consumo de productos locales.

Esperamos que tu experiencia esté llena de recuerdos, emociones y sabores.



**iBuen provecho caserit@!**





## ARMA TU MENÚ Bs. 80

Entrada o sopa, plato fuerte y postre

Lun. a Dom. 12:00 a 15:00

### Sopas

◇◇ **Sopita de maní Manq'a Bs. 23**  
Sopa tradicional de maní con res servida con chips de papas nativas y aceite de perejil.

◇◇ **Uchu lawa tradicional Bs. 23**  
Envuelto de papa pinta boca con charque, queso, crema de haba, sriracha y tradicional lawa de choclo con el efecto de piedra volcánica.

◇◇ **Ensalada de 3 quinuas Bs. 25**  
Ensalada de quinua con palta, lactonesa de cilantro, queso fresco y cebolla encurtida, hojas de recolección, chilto deshidratado y aliño de kombucha.

### Ensaladas

◇◇ **Ensalada criolla Bs. 23**  
Mix de hojas, pétalos de cebolla, esferas de locoto, queso cremoso, quirquiña, tomate fresco y papas pinta boca suflada.



◇◇ **Punchawi Bs. 56**

Panceta de cerdo en salsa de manzana negra fermentada, crema de camote con maracuyá, papas semilla y hojas frescas aliñadas.

◇◇ **Picante de pollo Bs. 52**

Muslo de pollo glaseado en ají colorado, alfajores de papa rellenos con crema de arroz, pastel de chuño bañado con maní, perlas de arveja y sarza encurtida.

## Fuertes

◇◇ **Pique a lo Manq'a Bs. 56**

Carne de res madurada, salchicha ahumada, mix de papas nativas, salsa de pique, huevo, locoto encurtido, tomate confitado y queso fresco.

◇◇ **Fideos Uchu Bs. 56**

Pasta tradicional con charque de llama, vegetales, texturas de chuño, cebollin lactofermentado, crema de haba, papas sufladas y caldo de ají colorado.



## Pescado

### ◇◇ Paiche y castaña Bs. 56

Cubos de paiche amazónico en mantequilla de hierba luisa, salsa de almendras, carbón de yuca, aceite de ají especiado y texturas de asaí.

## Vegetarianos

### ◇◇ Locro de zapallo Bs. 46

Crema de zapallo, choclo salteado, papa semilla, queso criollo, habas frescas, aceite de perejil, polvo de ají y papel de remolacha.

### ◇◇ Queso Humacha stilacho Bs. 46

Tradicional salsa humacha, queso gratinado, choclos tostados, crema de haba, papas nativas, tierra de queso y huacataya deshidratada

## Postres

### ◆◆ **Café y marraqueta Bs. 26**

Paleta de café rellena de crema cítrica, cobertura de chocolate, sal gruesa, texturas de queso y crema de marraqueta.

### ◆◆ **Jiwra dulce 26**

Cre moso de leche especiada relleno de compota de manzana con quinua, galleta salada, glaseado cítrico y texturas crocantes.

### ◆◆ **Sachaentremet Bs. 30**

Mousse de chocolate, relleno de compota de frutos rojos, cobertura de chocolate con almendras y fruta fresca.

### ◆◆ **Alpaqitay Bs. 26** (Sin Gluten)

Barra vegana de pito de cañahua y cacao, ganache de pimienta molle de recolección, sorbet de maracuyá con hierba luisa y texturas de tubérculos.

### ◆◆ **Picole Bs. 26**

Paleta de acerola bañada en chocolate blanco, rellena de crema de coco y cítricos, cremoso de limón, crumble de chivé y crocante de yuca.



**Somos jóvenes, identidad, campo,  
oportunidad, escuela, celebración y calidad.  
Somos Manq'a Restaurante**

**El servicio y la cocina de nuestro restaurante  
es liderada por estudiantes egresados  
de las escuelas Manq'a de la ciudad de El Alto.**

**Manq'a**  
restaurante





**CONTACTO:**

 (+591) 62570000

**SÍGUENOS EN:**

 Manqa Restaurante

 Manqa Restaurante

 [www.manqa.org](http://www.manqa.org)



# Manq'a



restaurante

**CENAS / 18:00-21:00 Hrs**

Sucursal Sur

Manq'a nace el 2014 con apoyo de ICCO Cooperación y Melting Pot como escuelas de cocina en la ciudad de El Alto, con el objetivo de generar mejores oportunidades de vida para jóvenes de escasos recursos en Bolivia y víctimas del conflicto armado en Colombia. En 8 años ha formado a más de 5.500 jóvenes cocineros y 2000 emprendedores.

Manq'a Restaurante es un emprendimiento con impacto social que celebra, valora y destaca los productos de nuestra tierra.

En el 2020 fuimos reconocidos por la prestigiosa lista de Latin American's 50 Best Restaurants con la mención "El Espíritu de América Latina", una colección sin ranking de restaurantes locales de América Latina que logran un impacto positivo en sus comunidades, culturas y cocinas.

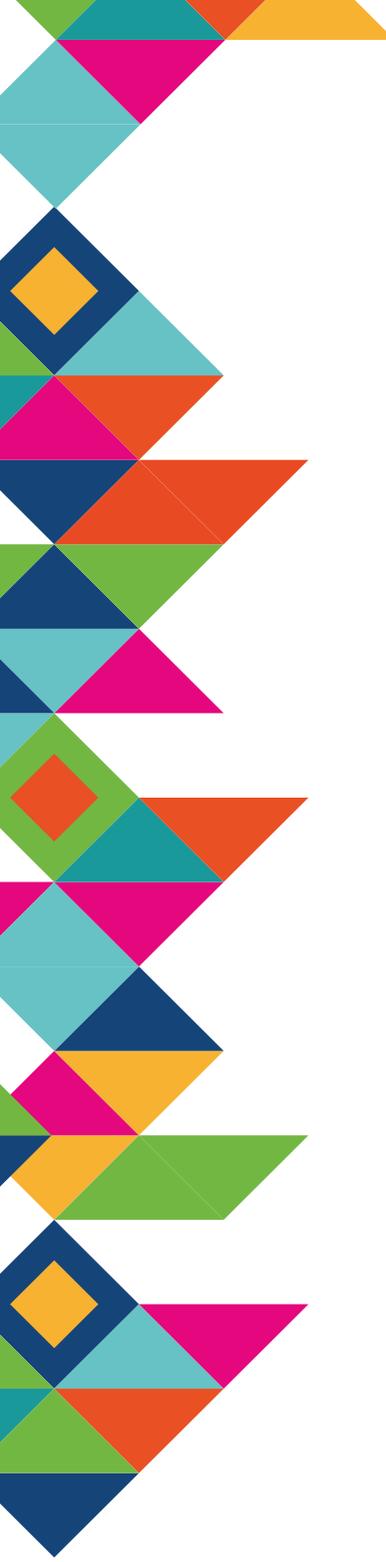
En el 2021, en el marco de la cumbre de sistemas alimentarios de las Naciones Unidas, Manq'a Restaurante fue elegido entre las 50 Mejores PYMES a nivel mundial por promover una alimentación saludable a partir de la promoción del consumo de productos locales.

Esperamos que tu experiencia esté llena de recuerdos, emociones y sabores.



**iBuen provecho caserit@!**





## ▶ OPCIONES SALADAS

- ◆ **Sonsitos asados** Bs. 15  
Sonsito tradicional asado y tierra de queso.
- ◆ **Cuñape Manq'a** Bs. 13  
5 bolitas de cuñapé, elaboradas con queso y yuca.
- ◆ **Pastel de Choclo** Bs. 15  
Choclo cocido al horno con queso criollo y anís.
- ◆ **Empanaditas fritas** Bs. 15  
3 mini empanadas rellenas de queso criollo, espolvoreadas con azúcar y polvo de albahaca.

## ▶ OPCIÓN DULCE

- ◆ **Porción de torta** Bs. 24  
\*Consultar por el sabor del día



## ▶ SANDWICHES

### ◆ Lajaso

Bs. 32

Cerdo desmechado en salsa jiq'i con repollo encurtido, todo en pan de laja tostado

### Sándwich de chola

Bs. 32

Pan sarnita de la casa, cerdo asado laminado, vegetales encurtidos, cuero de cerdo crocante y sriracha de aji.

### Trancapecho

Bs. 32

Pan sarnita de la casa, silpancho tradicional, crema cítrica de arroz, sarza encurtida, huevo tamago y chips de papa pinta boca.

◆ Todos vienen acompañados con chips de tubérculos fritos y mayonesa de albahaca ◆

## ▶ TABLITAS

### ◆ Chukuta

Bs. 48

Pescadito frito, chicharrón de racacha, croquetas de chuño, acompañado de un chimichurri de la casa y su Jallpa wayk'a (Salsa de aji amarillo).

### Cambinga

Bs. 48

Chicharrón de paiche, carbón de yuca, sonsitos asados, acompañado de un chimichurri de la casa y emulsión de cilantro.

### ◆ Duo de empanadas

Bs. 36

2 empanadas de choclo rellenas con charque y 2 empanadas de plátano rellenas de chanchito.



## ▶ CENAS

### ◇ ENTRADAS

#### Anticucho chuyma

Bs. 25

Corazón de res, papa semilla, salsa maní ahumada y papas sufladas.

#### ◇ Ensalada de quinua

Bs. 25

Ensalada de quinua con palta, lactonesa de cilantro, queso fresco y cebolla encurtida, hojas de recolección, chilito deshidratado y aliño de kombucha.

#### ◇ Llamita tataki

Bs. 30

Base de crema de phasa, lomito de llama al estilotataki, papas nativas asadas, salsa borracha, texturas de quinua, hojas aliñadas y koachada.

#### ◇ Uchu lawa tradicional

Bs. 23

Envuelto de papa pinta boca con charque, queso, crema de haba, sriracha y tradicional lawa de choclo con el efecto de piedra volcánica.

### ◆ FUERTES

### ◆ PESCADOS

#### ◇ Paiche y castañas

Bs. 56

Salsa de almendras, carbón de yuca, cubos de paiche en mantequilla de hierba luisa, aceite de ají especiado y papel suflado

#### ◇ Trucha y cítricos

Bs. 64

Trucha en salsa de maracuyá, tallos de perejil al rescoldo, chicharrón de racacha, papalisa encurtida, sriracha de ají colorado, emulsión de cilantro y piel de trucha crocante.

CENAS  18:00-21:00



## ◆ CARNES

### ◇ Pique a lo Manq'a Bs. 56

Carne de res madurada, salchicha ahumada, mix de papas nativas, salsa de pique, huevo, locoto encurtido, tomate confitado y queso fresco.

### ◇ Punchawi Bs. 56

Panceta de cerdo en salsa de manzana, crema de camote con maracuyá, papas semilla y sarza fresca.

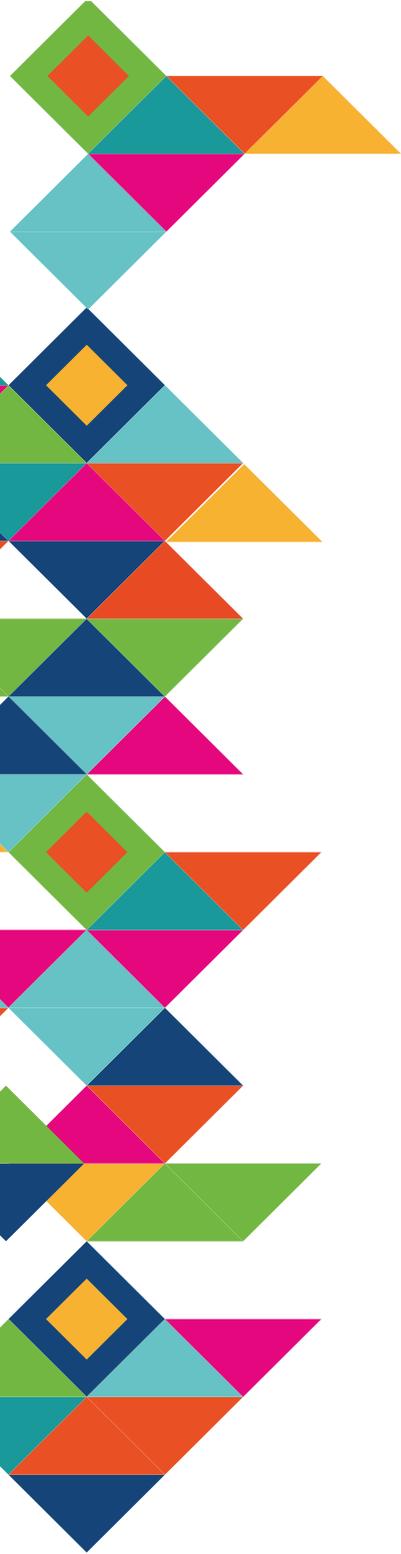
### ◇ Lomito de llama Bs. 68

Filete de llama en lonjas con salsa de kari kari y vino tinto, vegetales de temporada y croquetas de yuca

## ◆ VEGETARIANO

### ◇ Locro de zapallo Bs. 46

Crema de zapallo, choclo fresco, papa semilla, queso maduro, habas frescas, aceite de perejil, polvo de ají y papel suflado



## ◆ POSTRES

### ◇ Jiwra dulce Bs. 26

Cre moso de leche especiada relleno de compota de manzana con quinua, galleta salada, glaseado cítrico y texturas crocantes.

### ◇ Sachaentremet Bs. 30

Mousse de chocolate, relleno de compota de frutos rojos, cobertura de chocolate con vainilla y fruta fresca.

### ◇ Alpaqitay (Sin Gluten) Bs. 26

Barra vegana de pito de cañahua y cacao, ganache de pimienta molle, sorbet de maracuyá con hierba luisa y texturas de tubérculos.

### ◇ Picole Bs. 26

Paleta de acerola bañada en chocolate blanco, rellena de crema de coco y cítricos, cremoso de limón, crumble de chivé y crocante de yuca.

### Marraqueta Bs. 28

Marraqueta crocante rellena de helado de café, salsa de café, crema de queso y tierra de queso



Somos jóvenes, identidad, campo,  
oportunidad, escuela, celebración y calidad.  
Somos Manq'a Restaurante

El servicio y la cocina de nuestro restaurante  
es liderada por estudiantes egresados  
de las escuelas Manq'a de la ciudad de El Alto.

Manq'a  
restaurante





**CONTACTO:**

📞 (+591) 62570000

**SÍGUENOS EN:**

📷 Manqa Restaurante

📘 Manqa Restaurante

🌐 [www.manqa.org](http://www.manqa.org)