



THE WAVES

RESTAURANT & BAR

MENÚ



Bienvenido a ***The Waves Restaurant & Bar***, en el corazón de Playa Caracol, entre el majestuoso Cerro Chame y las olas de la Riviera del Pacífico, creando el escenario perfecto para que cada comida sea una aventura para el paladar.

Inspirado en el estilo de vida familiar, surf, libre, relajado y a la vez divertido, aquí todo fluye al ritmo de las olas. Nuestra cocina internacional celebra la diversidad de sabores con recetas frescas y vibrantes, perfectas para compartir frente al mar. Ya sea que vengas por un delicioso almuerzo, una tarde de cócteles de autor al estilo Tiki o una cena con vista al atardecer, este es tu lugar para desconectar, saborear y disfrutar.

The Waves es más que un restaurante. Es una actitud. Es mar. Es sabor. Es Caracol.



compártenos tus historias The Waves en
@thewavesrestaurantandbar

ENTRADAS / STARTERS

Bastones de Corvina \$12

Tiras de fresco filete de corvina empanizadas y doradas a la perfección, acompañadas de salsa tártara.
Strips of fresh sea bass fillet breaded and golden brown to perfection, served with tartar sauce.

Almejas a la Playa Caracol \$14

Almejas salteadas en salsa marinera a base de tomate fresco, cebolla, vino blanco y especias.
Sautéed clams in a marinara sauce based on fresh tomato, onion, white wine and spices.

Ceviche Frito a la Diabla \$12

Filete de Cobia trociado y frito, coronado con finos cortes en juliana de cebolla morada, tomate, cilantro, aguacate encurtido, limón y ají chombo.
Chopped and fried Cobia fillet, topped with fine julienne cuts of red onion, tomato, coriander and pickled avocado. Lemon and chombo chili.

Dip de Espinacas y Alcachofas \$9.5

Cremoso dip de espinacas y corazones de alcachofa, coronado con tomate fresco y parmesano, acompañado de chips.
Dip of creamy spinach and artichoke hearts, topped with fresh tomato and parmesan, accompanied by chips.

Arañitas de Calamar \$15

Crujientes arañitas de calamar, empanizadas y fritas, acompañadas de salsa tártara.
Crispy calamari, breaded and fried, with tartar sauce.

Satay de Pollo \$11

Deliciosas brochetas de pollo al grill, salteadas en pico de gallo y chimichurri.
Delicious grilled chicken skewers, sautéed in pico de gallo and chimichurri.

Nachos Wave \$14

Totopos de maíz con queso cheddar fundido, carne de res molida, frijoles, sour cream, guacamole, pico de gallo y jalapeños.
Corn chips with melted cheddar cheese, ground beef, beans, sour cream, guacamole, pico de gallo and jalapenos.

Ceviche Peruano con Infusión de Leche de Tigre \$10

Dados de pescado macerados en una deliciosa leche de tigre con coco, cebolla morada, maíz tierno, cilantro, ají combo y chips de plátano.
Fish cubes marinated in a delicious tiger milk with coconut, red onion, sweet corn, coriander, chombo chili and plantain chips.

Caracol Sampler para 2 - 4 Personas \$34

Deliciosa combinación de quesadillas clásicas, brochetas de pollo, deditos de corvina, arañitas de calamar, patacones, yuca frita y papas fritas.
Delicious combination of classic quesadillas, chicken skewers, sea bass fingers, baby squid, patacones, fried yucca and French fries.



SOPAS & ENSALADAS / SOUP & SALAD

Ensalada Tradicional Griega \$10

Fresca combinación de hortalizas troceadas: pepino, tomate, ají dulce, cebolla morada con aceitunas Kalamata y queso feta, aderezadas con aceite de oliva, sal, un toque de limón y orégano seco, acompañada de pan pita tostado.

Fresh combination of chopped vegetables: cucumber, tomato, sweet chili, red onion with Kalamata olives and feta cheese, seasoned with olive oil, salt, a touch of lemon and dried oregano, accompanied by toasted pita bread.

Ensalada Cobb con Camarones \$15

Fresca mezcla de lechuga con tomates, tocino, cebolla morada, huevo duro, lascas de aguacate, camarones especiados y cocidos, con aderezo a base de mayonesa, gorgonzola desgranado, vinagre de vino blanco y perejil seco.

Fresh mix of lettuce with tomatoes, bacon, red onion, hard-boiled egg, avocado slices, spiced and cooked shrimp, with mayonnaise-based dressing, shelled gorgonzola, white wine vinegar and dried parsley.

Salmon Bowl (Opción en Quinoa) \$13

Fresca ensalada a base de lechuga romana, bacón crujiente, aceitunas Kalamata, tomates cherry, láminas de salmón ahumado y queso parmesano, con aderezo cremoso de anchoas, acompañada de pan pita tostado.

Fresh salad made with romaine lettuce, crispy bacon, Kalamata olives, cherry tomatoes, slices of smoked salmon and Parmesan cheese, with creamy anchovy dressing, accompanied by toasted pita bread.

Ensalada César \$12

Clásica preparación de lechuga romana con queso parmesano, aderezada con salsa César y crotones, coronada con filete de pechuga a la parrilla.

Classic preparation of romaine lettuce with parmesan cheese, dressed with Caesar sauce and croutons, topped with grilled chicken breast fillet.

Sancocho Panameño \$6

Sancocho clásico panameño de pollo, ñame, culantro y un toque de orégano.

Classic Panamanian sancocho with chicken, yam, coriander and a touch of oregano.

Crema de Brócoli \$7

Deliciosa crema a base de brócoli fresco, caldo y crema de leche, con topping de sour cream y cheddar rayado.

Delicious cream based on fresh broccoli, broth and heavy cream, with sour cream and shredded cheddar topping.



PLATOS FUERTES / MAIN COURSE

Surf and Turf \$26

Un clásico que combina un jugoso filete de res importado coronado de langostinos a la parrilla y una reducción de mantequilla de ajo y finas hierbas, sobre una cama de puré cremoso y rústico.

A classic that combines a juicy imported beef fillet topped with grilled prawns and a reduction of garlic butter and fine herbs, on a bed of creamy and puree.

Ribeye al Grill \$27

Jugoso corte de carne importado sellado al grill, acompañado de un mélange de ensalada fresca y aguacate.

Juicy cut of imported meat seared on the grill, accompanied by a melange of fresh salad and avocado.

Entraña Angus de 8 Onzas \$32

Tierno corte de res Angus, sazonado y asado a la parrilla, acompañado de papas aromatizadas en finas hierbas y vegetales salteados.

Tender cut of Angus beef, seasoned and grilled, accompanied by potatoes flavored with fine herbs and sautéed vegetables.

Costillas Baby Ribs \$29

Tiernas costillas marinadas a la perfección por 24 horas, acompañadas de arroz con coco y una cama de ensalada fresca.

Tender ribs marinated to perfection for 24 hours, accompanied by coconut rice and a bed of fresh salad.

Filete de Salmón al Eneldo \$22

Jugoso lomo de salmón fresco a la parrilla, napeado en salsa de eneldo, acompañado de papa al vapor con sour cream.

Juicy fresh grilled salmon loin, napped in dill sauce, accompanied by steamed potato with sour cream.

Filete de Corvina a la Hembra \$19

Fresco filete de corvina a la plancha, rebozado en deliciosa salsa ajillo con camarones, acompañado de puré de zanahoria.

Fresh grilled sea bass fillet, coated in delicious garlic sauce with shrimp, accompanied by carrot puree.

Pesca del Día \$20

Fresca corvina entera, sazonada y frita, acompañada de patacones con un mix de ensaladas frescas.

Fresh whole sea bass, seasoned and fried, accompanied by patacones with a mix of fresh salads.

Florentina \$15.5

Filete de pechuga a la plancha, cubierto con una ligera crema de hierbas frescas con espinacas, tomates secos, acompañado de bastones de yuca frita.

Grilled breast fillet, covered with a light cream of fresh herbs with spinach, dried tomatoes, accompanied by fried yucca sticks.

Arroz Chaufa de Perú \$15

Arroz salteado al wok con vegetales, pollo y camarones, aromatizados con aceite de ajonjolí.

Wok-fried rice with vegetables, chicken and shrimp, flavored with sesame oil.

Langostinada Caribeña \$28

Frescos langostinos salteados en crema, coco, curry y especias, acompañado de puré de papas y tempura de verduras finas crujientes.

Fresh prawn sautéed in cream, coconut, curry and spices, accompanied by mashed potatoes and tempura of crispy fine vegetables.

PASTAS / PASTA

Pasta Carbonara di Mare **(Opción pasta sin gluten) \$14**

Fettuccini salteado con tocino, frescos camarones, cebolla y perejil, espesado con huevo y queso parmesano.

Fettuccini sautéed with bacon, fresh shrimp, onion and parsley, thickened with egg and parmesan cheese.

Pasta Primavera Especial \$12

Farfalle tricolor salteado con hongos frescos, ají dulce, cebolla morada, zanahoria, aromatizado con vino blanco.

Tricolor farfalle sautéed with fresh mushrooms, sweet chili, red onion, carrot, flavored with white wine.

Pasta al Olio \$10

Spaghetti salteado con ajo, aceite de oliva y perejil.

Spaghetti sautéed with garlic, olive oil and parsley.



HAMBURGUESAS & SANDWICHES / BURGERS AND SANDWICHES

Club Sándwich \$14

Clásico internacional que comprende una trilogía de carnes, huevo, tocino, lechuga fresca, tomate y aderezos, acompañado de papas fritas o papas rústicas.

International classic that includes a trilogy of meat, egg, bacon, fresh lettuce, tomato and dressings, accompanied by French fries or country potatoes.

Hamburguesa Marinera \$16

Filete de pescado apanado, en pan brioche, con queso cheddar, tártara de la casa, lechuga romana, cebolla, tomate y papas fritas o papas rústicas.

Breaded fish fillet, on brioche bread, with cheddar cheese, homemade tartar, romaine lettuce, onion, tomato and French fries or country potatoes.

Hamburguesa Caracol \$16.5

Carne de Angus de 8 onzas asada al grill, queso cheddar, pan tipo brioche, crujiente tocino, cebollas caramelizadas, salsa de queso azul, lechuga romana, tomate y papas fritas o papas rústicas.

8-ounce grilled Angus beef, cheddar cheese, brioche bun, crispy bacon, caramelized onions, blue cheese sauce, romaine lettuce, tomato, and French fries or country potatoes.

MENÚ DE NIÑOS / KID'S MENU

Mini Hamburguesas (Sliders) \$10.5

Dos jugosas mini hamburguesas de carne de res, queso cheddar acompañadas de papas fritas.
Two juicy mini beef burgers, cheddar cheese accompanied by fries.

Deditos de Pollo \$9

Deliciosas tiras de pechuga de pollo, empanizadas y doradas a la perfección, acompañadas de honey mustard y papas fritas.
Delicious strips of chicken breast, breaded and golden brown to perfection, accompanied by honey mustard and French fries.

Mac & Cheese con Pollo Grill \$8.5

Jugoso filete de pechuga asado y troceado en delicioso Mac & Cheese.
Juicy grilled and sliced chicken breast in delicious Mac & Cheese.



ACOMPañAMIENTOS / SIDES

Puré de Papas Especial \$4

Papas cremosas preparadas con mantequilla y leche, realzadas con un toque de aceite de trufa.
Creamy potatoes prepared with butter and milk, enhanced with a touch of truffle oil.

Vegetales Salteados \$4

Selección de brócoli, zanahoria, nabo y cebolla morada.
Selection of broccoli, carrot, turnip and red onion.

Patacones \$4

Crujientes trozos aplanados y fritos de plátano verde.
Crispy flattened and fried pieces of plantain.

Yuca Frita \$4

Palitos de yuca fritos a la perfección.
Yucca sticks fried to perfection.

Papas Fritas \$4

Crujientes papas fritas doradas a la perfección.
Crispy fries golden brown to perfection.

Ensalada Verde \$4

Lechuga romana, tiras de zanahoria, cebolla morada, pepino y tomate.
Romaine lettuce, carrot strips, red onion, cucumber and tomato.

Spaghetti al Oleo \$4.50

Pasta salteada en ajo, aceite de oliva y perejil.
Pasta sautéed in garlic, olive oil and parsley

Arroz \$4

Tradicional arroz blanco.
Traditional white rice.

POSTRES / DESSERTS

Cheesecake de Fresa Maracuyá \$7

Cremoso cheesecake con topping de fresa y maracuyá.

Creamy cheesecake with strawberry and passion fruit topping.

Flan de Coco y Crocante \$7

Una inolvidable experiencia, delicioso flan de coco y crocante acompañado de helado de vainilla.

An unforgettable experience, delicious flan with coconut and brittle accompanied by vanilla ice cream.

Brownie con Helado \$9

Irresistible brownie preparado en casa, caliente y acompañado de helado de vainilla Sunday de Chocolate o Fresas.

Irresistible home-made hot brownie, accompanied by vanilla ice cream.

Naturales \$9

Helado de vainilla cubierto con salsa de chocolate o fresas naturales, salpicado con M&M's y crema batida.

Vanilla ice cream topped with chocolate sauce or natural strawberries, sprinkled with M&M's and whipped cream.

Torta de Chocolate \$7

Suave y esponjosa mezcla de chocolate envuelta en rico sirope de avellanas.

Soft and fluffy chocolate mixture wrapped in rich hazelnut syrup.

Torta de Zanahoria \$7

Delicioso pastel dulce con zanahoria triturada mezclada en una masa densa y suave de sabores tradicionales.

Delicious sweet cake with crushed carrot mixed in a dense and soft dough with traditional flavors.





THE WAVES
RESTAURANT & BAR

THE ISLAND BAR

CÓCTELES DE AUTOR

The Waves \$9.75

Ron añejo, licor de banana, jugo de limón, sirope de orgeat, bitter de chocolate.

Cantarito \$9.50

Tequila reposado, jugo de toronja, jugo de naranja, jugo de limón, sal.

Tiki Love \$9.50

Gin, jugo de limón, jugo de piña, sirope de orgeat, Peychaud's Bitter.

Hibiscus Paloma \$9.75

Tequila blanco, jugo de limón, sal, sirope de hibiscus, refresco de toronja.

Ooga Booga \$9.50

Bacardi Spiced, licor de mango, jugo de limón, sirope simple, bitter de chocolate azteca.

Blue Monday \$9.50

Tequila blanco, Blue Curaçao, jugo de limón, sirope de coco.



Selección de Cócteles



Selección para
Brindar



Ron

	Trago	Botella
Cachaca	\$4	\$40
Seco Herrerano	\$4	\$40
Ron Bacardí Blanco	\$5	\$40
Ron Abuelo Añejo	\$5	\$40
Ron Abuelo 7 Años	\$6	\$60
Ron Abuelo 12 Años	\$8	\$80
Ron Zacapa 23 Años	\$13	\$140

Vodka

	Trago	Botella
Vodka Smirnoff	\$4	\$40
Vodka Absolut	\$6	\$55
Vodka Grey Goose	\$9	\$95

Tequila

	Trago	Botella
Jose Cuervo Reposado	\$5	\$50
Don Julio Reposado	\$15	\$200
Don Julio Blanco	\$11	\$150

Ginebra

	Trago	Botella
Gin Tanqueray	\$7	\$ 75
Gin Bombay Sapphire	\$8	\$75
Gin Hendrick's	\$10	\$120

Whiskey

	Trago	Botella
Jack Daniel's	\$7	\$65
Johnnie Walker Black	\$9	\$105
Old Parr	\$10	\$115
Buchanan's 18 Años	\$18	\$220

Shots

	Shot	Botella
Amaretto Disaronno	\$4	\$55
Jägermeister	\$4	\$60
Kahlúa	\$4	\$50
Baileys Irish Cream	\$5	\$60

Cervezas Nacionales

Atlas Golden	\$3.5
Balboa Roja	\$3.5
Balboa Ice	\$3.5
Panamá	\$3.5
Panamá Light	\$3.5

Cervezas Importadas

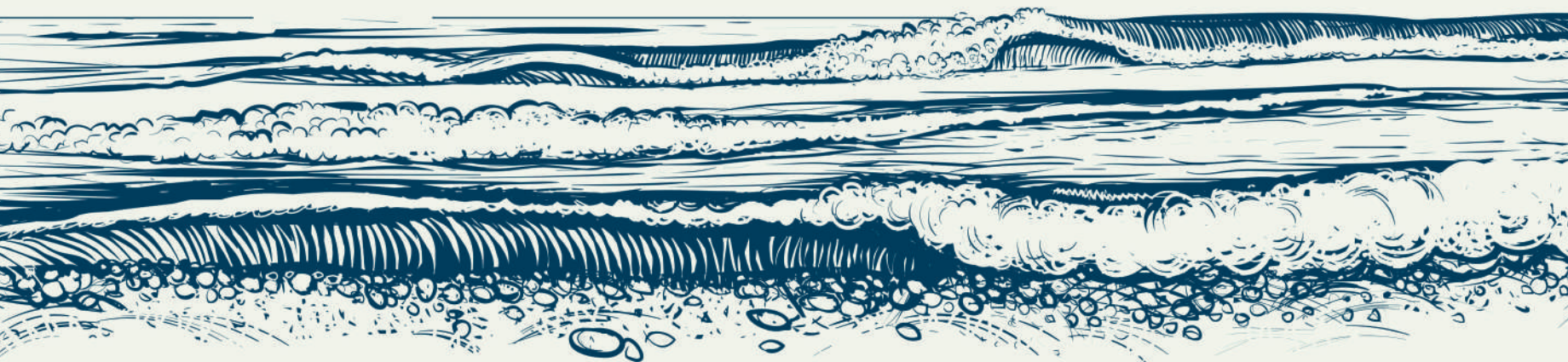
Heineken (Lata)	\$4
Modelo (Botella)	\$4
Corona (Botella)	\$4
Stella Artois (Botella)	\$4
Estrella Galicia (Botella)	\$4

Cócteles

Mojito (Limón/Maracuyá)	\$9
Piña Colada	\$9
Margarita	\$9
(Limón/Maracuyá/Fresa)	
Sexy Sangría (Blanca/Tinta)	\$9
Aperol Spritz	\$9
Whiskey Sour	\$8
Daiquiri (Limón/Maracuyá/Fresa)	\$7
Bloody Mary	\$7
Amapola	\$6
Mimosa	\$6
Caipirinha	\$5



Selección de Vinos





THE WAVES

RESTAURANT & BAR

THE ISLAND BAR

Espumante

Espumantes por Botella - 750ml

JP Chenet Ice Edition	\$35
JP Chenet Rosé Ice Edition	\$35
Prosecco Mionetto	\$60
Moët & Chandon Impérial	\$95
Veuve Clicquot	\$99

Vinos por copa

Tarapacá Sauvignon Blanc	\$6
Trapiche Pinot Grigio	\$6
Trapiche Merlot	\$6
Trapiche Carmenère	\$6
Chandon Garden Spritz	\$7
Mondavi Woodbridge White Zinfandel	\$6

Vinos

Vinos Blancos por Botella - 750ml

Trapiche Pinot Grigio / Argentina	\$21
Tarapacá Sauvignon Blanc / Chile	\$23
Chateau St. Michelle Riesling / USA	\$32
Martín Codax Albariño / España	\$39
La Crema Pinot Gris / USA	\$58
Matua Sauvignon Blanc / Nueva Zelanda	\$40

Vinos Tintos por Botella - 750ml

Colonia las Liebres Bonarda Orgánico / Argentina	\$25
Tarapacá Carmenère / Chile	\$23
Cune Roble Tempranillo / España	\$35
La Crema Sonoma Pinot Noir / USA	\$75
19 Crimes The Banished Blend / Australia	\$42
Baron Philippe Rothschild Merlot / Francia	\$29

Vinos Rosados por Botella - 750ml

Mondavi Woodbridge White Zinfandel / USA	\$27
Luigi Bosca Rosé La Rose Blend Rosado / Argentina	\$42







THE WAVES
RESTAURANT & BAR



THE WAVES
RESTAURANT & BAR

