***יום ראשון 15/10/17***

**ארוחת סלט 38 ₪**

סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי
קינואה גזר וחמוציות
עדשים שחורות גרנולה וגרנולה

**סלט נתחי עוף וקרוטונים מחיטה מלאה**
סלט עלים מעורבים ,סלט שורשים, עגבניות שרי,
קרוטונים מחיטה מלאה, נתחי עוף, קצח קלוי,
רוטב ויניגרט תפוזים. 41 ₪
מנה ללא קרוטונים

**ארוחת מרק 44 ₪**
סלט + מרק גדול + תוספת דגן/קטניה + שתייה

## תוספות חמות

אורז מלא
שיבולת שועל
ירקות צלויים

**תוספות בתשלום**

מרק 9/20*
סלט 9/18*
ירקות צלויים 9/18*
סלט טונה 6 ₪
ביצה 4 ₪
*שעועית ירוקה עם שום ובזיל 4 ₪*
קוביות טופו בסויה וצ'ילי 6 ₪
חציל סביח 5 ₪
*מחיר כחלק מעסקית

**עסקית צהריים**
המחיר לפי המנה העיקרית

מנה ראשונה + מנה עיקרית + תוספות חמות
לבחירה, לימונדת לימונים טריים / תה קר /
לימונדה ללא סוכר

**מנות ראשונות ומרקים**
סלט כרוב חמוציות ואפונה/
סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי
רטבים: טחינה, שמן זית ולימון

מרק עדשים כתומות עם ירקות שורש
מרק אפונה ובזיליקום טרי

## עיקריות

**מפרום ירקות במילוי בשר** דגן מלא 55 ₪

**חזה עוף צלוי בתנור ברוטב רימונים וסילאן** דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

**קציצות עוף ברוטב עגבניות טריות,**
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

**פילה סלמון אפוי בתנור במרינדת אסייתי לימונים**
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

**פילה בס בתערובת עשבי תיבול גרידת לימון ופנקו**
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

**שניצל טופו עם תירס ותרד**
דגן מלא וירקות צלויים 48 ₪

**תבשיל עדשים צבעוניות ברוטב עגבניות**
**טריות** דגן מלא 44 ₪

**ירקות צלויים**
בשמן זית על דגן מלא 42 ₪