# יום שני 3/12/18

**ארוחת סלט 42 ₪**
סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי /סלט אורוגולה
אורז אדום ושברי קשיו,
שעועית לוביה ומנגולד מוקפץ

**סלט נתחי עוף וקרוטונים מחיטה מלאה**
סלט עלים מעורבים ,סלט שורשים, עגבניות שרי, קרוטונים מחיטה מלאה, נתחי עוף, קצח קלוי, רוטב ויניגרט תפוזים. 44 ₪
מנה ללא קרוטונים

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

## תוספות חמות
אורז מלא בשני צבעים
ירקות צלויים
גריסי פנינה

## תוספות בתשלום
מרק 9/20*
סלט 9/18*
ירקות צלויים 9/18*
סלט טונה 6 ₪
ביצה 4 ₪
קציצת קינואה ועדשים כתומות5 ₪
קוביות טופו בסויה וצ'ילי 6 ₪
בטטה מקורמלת בטימין וסילאן 4ש"ח
*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 עלי אורוגולה, סלקים צלויים, צנונית ואגוזי מלך מוגש עם וינגרט בלסמי
סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי
רטבים: טחינה, שמן זית ולימון

מרק ירקות כתומים וג'ינג'ר ,
מרק מינסטרונה

## עיקריות

**מאפה סייניה במילוי בשר עם טחינה ועגבניות צלויות**, דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

**חזה עוף צלוי בתנור ברוטב סילאן וג'ינג'ר**
, דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

**כרע עוף צלוי בתנור במרינדת סילאן וג'ינג'ר**,
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

**פילה סלמון אפוי בתנור ברוטב תפוזים וסילאן,**
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

**קציצות דגים אפויות ברוטב עגבניות טריות ובמיה צרובה**, דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

**קציצות טופו ברוטב מטבוחה,**
דגן מלא וירקות צלויים 48 ₪

חדש!!תבשיל שעועית בובס ופלפל קלוי ברוטב עגבניות טריות, דגן מלא 44 ₪

**ירקות צלויים** בשמן זית ודגן מלא 42 ₪