יום שלישי 4/12/18

ארוחת סלט42₪

חדש!!סלט חסה ומלא ירוקים חמוציות ללא סוכר וגרעיני דלעת מוגש עם וינגרט סלק

סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי
שיבולת שועל חמוציות ובצל ירוק
עדשים כתומות ובוטנים קלויים

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
קינואה אורגנית
ירקות צלויים

תוספות בתשלום
מרק 9/20*
סלט 9/18*
ירקות צלויים 9/18*
סלט טונה 6 ₪
ביצה 4 ₪
חציל על האש4 ₪
קציצת אורז שעועית וירקות 5 ₪
קוביות טופו בסויה וצ'ילי 6 ₪
*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

חדש!!סלט חסה ומלא ירוקים וגרעיני דלעת מוגש עם וינגרט סלק
סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי
רטבים: טחינה, שמן זית ולימון
מרק גזר וכוסברה טרייה
מרק שעועית שחורה וקוביות בטטה

עיקריות

ראגו בשר עגל, בולונז
פסטה מקמח מלא / דגן מלא 55 ₪

חזה עוף צלוי בתנור ברוטב עשבי תיבול ושום,
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

חדש!!כרע עוף ביין מתוק, ערמונים ופטריות
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

חדש!! פילה סלמון אפוי בתנור ברוטב קארי צהוב
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

חדש!!קבב דג לבן מוגש עם גרטן עשבי תיבול וחציל שרוף וציזיקי (הציזיקי טבעוני)
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

שניצל אפוי בתנור בפרורי חיטה מלאה מוגש עם סלסת עגבניות דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

לזנייה ירקות ברוטב עגבניות טריות
דגן מלא /ירקות צלויים 48 ₪

חדש!! תבשיל רטטוי עם קיצ'רי ועדשים
דגן מלא 44 ₪

ירקות צלויים בשמן זית ודגן מלא 42 ₪