יום שלישי 05/03/2019

ארוחת סלט 42 ₪

סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי
שיבולת שועל גזר וחמוציות
עדשים ירוקות קולורבי ונענע

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 ₪
קוביות טופו בסויה וצ'ילי 6 ₪
קציצת ירקות דגן וקטנייה 5 ₪
חציל על האש עם טחינה 4 ₪
*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 מלא ירוקים וחסה גרעיני חמנייה מוגש בליווי
ויניגרט סלק
סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי
רטבים: טחינה, שמן זית ולימון
מרק שעועית שחורה וקוביות בטטה
מרק גזר כוסברה טריה

עיקריות

מקלובה בשר עם אורז שיבולת וירקות
דגן מלא 55 ₪
חזה עוף צלוי בתנור ברוטב עשבי תיבול ושום
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪
כרע עוף צלוי בתנור ברוטב שומר ויין לבן
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪
פילה סלמון אפוי בתנור ברוטב פלפלים וקוביות דלעת,
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

קבב דג לבן מוגש עם גרטן עשבי תיבול וחציל שרוף
דגן מלא וירקות צלויים 55 ₪

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

מאפה ירקות עם עדשים ירקות ב"ראסל חנות"
דגן מלא /ירקות צלויים 48 ₪

תבשיל מאש ואזוקי עם מנגולד טרי
דגן מלא 44 ₪

ירקות צלויים בשמן זית ודגן מלא 42 ₪