

עסקית צהריים

מנה ראשונה + מנה עיקרית + תוספת + שתייה
מחיר העסקית נקבע לפי מחיר העיקרית

ראשונות

סלט מלא ירוקים
מלא ירוקים חסה גרעיני חמנייה מוגש
עם וינגרט סלק

סלט עלים / סלט שורשים / סלט
ישראלי
רטבים: טחינה, שמן זית ולימון

מרק שעועית שחורה וקוביות בטטה

מרק גזר וכוסברה טרייה

תוספות

אורז מלא
קינואה אורגנית
ירקות צלויים

שתייה

לימונדה טרייה
לימונדה ללא סוכר
תה קר

עיקריות

מקלובה.....
בשר מוגש על אורז שיבולת וירקות

חזה עוף.....
צלוי בתנור ברוטב עשבי תיבול ושום

כרע עוף.....
צלוי בתנור במרינדת עשבי תיבול ושום

שניצל.....
אפוי בתנור בפרורי חיטה מלאה מוגש עם סלסת עגבניות

פילה סלמון.....
אפוי בתנור ברוטב פלפלים וקוביות דלעת

קבב דג לבן.....
מוגש עם גרטן עשבי תיבול וציזיקי (טבעוני)

מאפה ירקות.....
עם עדשים ירקות ב"ראסל חנות"

תבשיל מאש ואזוקי.....
עם מנגולד טרי

ירקות צלויים.....
בשמן זית

ארוחת סלט

אורז שני צבעים שקדים ובצל ירוק, עדשים צבעוניות עם עגבניות
ונענע
בסיס לבחירה: סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי

סלט נתחי עוף וקרוטונים מחיטה מלאה

סלט עלים מעורבים, סלט שורשים, עגבניות שרי, קרוטונים מחיטה
מלאה, נתחי עוף, קצח קלוי, רוטב ויניגרט תפוזים
מנה ללא קרוטונים

ארוחת מרק

סלט + מרק גדול + תוספת דגן/קטניה + שתייה

תוספות בתשלום

מרק.....9/20
סלט.....9/18
ירקות צלויים.....9/18
סלט טונה.....6
ביצה.....4
קציצת דגן וקטניה.....5
קוביות טופו בסויה.....6
חציל על האש עם טחינה.....4