

מקלוב הבשר דגנים מלאים ויץ

שיבולת שועל, אורז מלא וירקות 55 ש

כרעוף צלוי בתנור ביי לבן, שומר, ראשי

סלרי וב

דגן מלא וירקות צלויים 55 ש

שניצל אפוי בתנור בפרורי חיטה מלאה

מוגש עם סלסת עגבניות

דגן מלא וירקות צלויים 55 ש

חזה עוף צלוי בתנור בשמן זית ומלחים,

מרידת עשבי תיבול

דגן מלא וירקות צלויים 55 ש

פילה סלמון אפוי בתנור ברוטב פלפלים

אדומים וקוביות דלעת

דגן מלא וירקות צלויים 61 ש

חדש! קבב דג לבן, עשבי תיבול וחציל

שרוף מוגש עם ציזיקי (טבעוני)

דגן מלא וגראטן בטטה וקולורבי 55 ש

חדש! מאפה ירקות עם עדשים וירקות

בראס אל חנ

דגן מלא או ירקות צלויים 48 ש

תבשיל שעועית מאש ואזוקי עם ירקות

ועלי מנגולד

דגן מלא 44 ש

ירקות צלויים בשמן זית וטו

דגן מלא 42 ש

סלטי

סלט מלא ירקות וגרעיני דלעת מוגש עם

ויניגרט סלק

סלט עלים / סלט שורשים / סלט ישראלי

רטבים: טחינה, שמן זית ולימון

מרקי

מרק קישואים ונענע

מרק יפני ואטריות ש

תוספת חמו

אורז ריזוטו מלא

קינואה אורג

ירקות צלויים

תוספות

מרק 9/20*

סלט 9/18*

ירקות צלויים 9/18*

סלט טונה 6 ש

ביצה 4 ש

חציל על האש בעשבי תיבול

5 ע

קובצת טופובסויה וצ'ילי 6 ש

*מחיר כחלק מעסקת

עסקת צהריים

המחיר לפי המנה העיקרית

מנה ראשונה + מנה עיקרית + תוספת חממת

לבחירה, לימודת לימונים טריים /הקר /

לימונדה ללא סוכר