

ראשון

מנה ראשונה + מנה עיקרית + דגן ואנטיפסטי + שתייה
מחיר הארוחה נקבע לפי מחיר העיקרית

דגן ואנטיפסטי

אורז מלא

בורגול

אורז יסמין לבן

בצל סגול מקורמל בשמן זית, מלח ים וחומץ

שעועית ירוקה ואפונת גינה בשמן זית ובזיליקום טרי

עדשים שחורות בצל סגול עגבניות ושקדים

גזרים בתבלינים מתוקים חריפים

תפוחי אדמה צרובים בתנור, מרווה, מלח ים

סלקים צלויים בתנור, מלח ים ואורגנו טרי

כרוב לבן אפוי, שמן זית, מלח ים וצילי גרוט

קישוא אפוי בתנור, שמנז, מלח, פלפל וטימין

עיקריות

ראגו בשר, ירקות שורש
עשבי תיבול, תבלינים

כרע עוף צלוי בתנור
דבש תמרים אורגני 'נאות סמדר', סויה וג'ינג'ר

חזה עוף צלוי בתנור

פילה סלמון אפוי בתנור

חבשיל עדשים צבעוניות
ציר ירקות, מנגולד טרי

אנטיפסטי של ירקות
דגן וטחינה הר ברכה

ראשונות

סלט ירוק-חסה, עלי בייבי, שמן זית ולימון

סלט ירקות שוק ויניגרט שמן זית ולימון

סלט שורשים-סלק, גזר, צנון, קולורבי

סלט טאבולה

סלט גרגירי חמוס ועשבי תיבול

מרק אפונה ובזיליקום טרי

מרק עדשים כתומות, שומר, מקלות קנמון

תוספות בתשלום

ביצה

רצועות עוף

אנטיפסטי

תוספת דגן

תוספת מרק

סלטים

סלט ירקות שוק

עגבניות, מלפפונים, פלפלים צבעוניים, צנוניות
ובצל סגול, ויניגרט לימונים מוגש עם לחם לחמא
וטחינה הר ברכה

סלט נתחוני עוף

חסה, עלי בייבי, קולורבי, גזר, צנון, כרוב סגול,
קרוטונים, שומשום שחור, ויניגרט הדרים

סלט סלמון אפוי

חסה, עלי בייבי, אצות וואקמה, כרוב סגול, בטטה,
בוטנים קלויים, שומשום שחור, ויניגרט אסיאתי

סלט רוסטביף

תערובת עלים, שעועית ירוקה, כרוב לבן אפוי, בצל סגול,
מלפפון, שקדים קלויים ושומשום שחור. מוגש עם ויניגרט
גינג'ר וכוסברה

שתייה

לימונדה/לימונדה ללא סוכר/תה קר