



בוקר



קערת סופרפוד פירות אדומים של אומינה

45 אסאי ומאקי ברי, בננות, אננס, חמאת קוקוס, זרעי צ'יה, קוקוס צ'יפס, פופ'סמת ומיקס אגוזים.

בוקר בקטנה

42 ביצת חופש לבחירה/ירקות חתוכים גס וזיתים/לחם/חמאה/בצל ירוק/גבינת שמנת + קפה ניתן להוסיף מיץ סחוט ב 10 ש"ח.

בוקר תל אביבית

56 2 ביצי חופש לבחירה, סלט גס, בצל ירוק וזיתים, לחמים, גבינת שמנת, חמאה וריבה + קפה 2 לבחירה: גוואקמולה, טונה שמן זית, לבנה וסומק, חציל אש, פטה וזעתר טרי, ירק תנור אבן ניתן להוסיף מיץ סחוט ב 10 ש"ח.

בוקר טבעוני

58 חביטת חמוס, סלט גס, בצל ירוק, זיתים, טחינה, גוואקמולה, חציל אש, ירק תנור אבן, לחמים וריבה ניתן להוסיף מיץ סחוט ב 10 ש"ח.

סלט בוקר

36 מלפפון, עגבניה, צנון, זיתים, בצל סגול חתוכים גס, שמן זית ולימון, טחינה בצד וביצה קשה / פטה מגיע עם חצי בגט

דיזיקרוק

56 קריספי קרואסון, מנגולד מחבת, גבינת שמנת, סלמון מעושן, ביצה עלומה ובייבי קיסר

דייסת קוואקר

42 על בסיס חלב / שקדים/סויה, סוכר קוקוס, קינמון, פופסמת, בננה וזילוף של מייפל /סילאן/צאי

יוגורט באפלו וגרנולה

38 גרנולת הבית, פירות העונה, קונפיטורת פירות יער וקינמון

2 פרוסות לחם שאור קלויות ועליהם:

42	קפרזה - מוצרלה, סלסה פיקו דה גאיו	38	גוואקמולה בצל ירוק ונבטי צנונית
44	סלמון, גבינת שמנת, מלפפון, נבטי צנונית ולימון	28	מקושקשת עשבים וחמאה
42	ירקות צלויים ואיולי שמנת / טחינה	28	פטה דבש וזעתר טרי
		42	חציל באש גלויה



בראנץ'



קערת סופרפוד פירות אדומים של אומינה

אסאי ומאקי ברי, בננות, אננס, חמאת קוקוס, זרעי צ'יה, קוקוס צ'יפס, פופ'סמת ומיקס אגוזים.....45

בוקר בקטנה

ביצת חופש לבחירה/ירקות חתוכים גס וזיתים/לחם/חמאה/בצל ירוק/גבינת שמנת + קפה....42

בוקר תל אביבית

2 ביצי חופש לבחירה, סלט גס, בצל ירוק וזיתים, לחמים, גבינת שמנת, חמאה וריבה....56
2 לבחירה: גוואקמולה, טונה שמן זית, לבנה וסומק, חציל אש, פטה וזעתר טרי, ירק תנור אבן

בוקר טבעוני

לביבות מנגולד, סלט גס, בצל ירוק, זיתים, טחינה, גוואקמולה, חציל אש, ירק תנור אבן, לחמים וריבה....58

סלט בוקר

מלפפון, עגבניה, צנון, זיתים, בצל סגול חתוכים גס, שמן זית ולימון, טחינה בצד וביצה קשה / פטה....36
מגיע עם חצי בגט

דיזיקרוק

קריספי קרואסון, מנגולד מחבת, גבינת שמנת, סלמון מעושן, ביצה עלומה ובייבי קיסר....56

דייסת קוואקר

על בסיס חלב /שקדים/סויה, סוכר קוקוס, קינמון, פופסמת, בננה וזילוף של מייפל /סילאן/צאי....42

יוגורט באפלו וגרנולה

גרנולת הבית, פירות העונה, קונפיטורת פירות יער וקינמון....38

2 פרוסות לחם שאור קלויות ועליהם:

קפרזה - מוצרלה, סלסה פיקו דה גאיו....42
סלמון, גבינת שמנת, מלפפון, נבטי צנונית ולימון....44
ירקות צלויים....42

גוואקמולה בצל ירוק ונבטי צנונית....38
מקושקשת עשבים וחמאה....28
פטה דבש וזעתר טרי....28
חציל באש גלויה....42



צהריים

סלט סופר פוד אומינה

חסה, כרוב סגול, רוקט, נבטי חמניה וצנונית, גזר, אבוקדו, אצות ארמה, צ'יה, קינואה אדומה, תערובת גרעינים וויניגט לימון 54

סלט אבוקדו תפו"א וטופו

חסות, בוטנים עם רוטב טחינה אסיייתית 53

סלט קיסר

לבבות חסה, קרוטונים ופרמזן. 42

סלט פטה גס

קוביית פטה, עגבניה, בצל סגול, מלפפון, צנונית, פטה, זיתים, שמן זית לימון וזעטר טרי מוגש עם חצי בגט 46

בורמזי שורשים

גזר, סלק, בצל ירוק, כרוב סגול, כוסברה, צילי, נבטי צנונית, אטריות שעועית, בוטנים ווניגרס אסיייתי 46

ראפ כוסמת אומינה

טחינה, קרם סלק, פלפל קלוי, חסה, טופו מחבת כורכום כמון ומיקס גרעינים 44

כריך ירקות צלויים

כרובית בטטה וסלקים מקורמלים, עלי בייבי, איולי שום ושמנת חמוצה או טחינה. 42

כריך לביבות מנגולד ועדשים

טחינה, בייבי, עגבניה, בצל סגול ווינגרט לימון. 38

כריך חציל באש גלויה

2 פרוסות לחם שאור חציל שלם שרוף על האש מלא טחינה ופיקו דה גאיו 42

סופרבול לאבאיט

אורז עגול מלא, כרובית, בטטה, עגבניה צלויה, אבוקדו, כרוב אדום, ארוגולה, זרעי דלעת, בצל ירוק, מוגש עם קרם סלק, קרם תרד וטחינה 48

תבשיל קארי וטופו אורז עגול מלא וכרובית

תבשיל חלב קוקוס עם למון גראס, מלא ירקות שורש, צילי, ועשבים 54

מרק/נזיד היום

מוגש עם לחם 28/35

ריזוטו שחור אומינה

תבשיל אורז שחור עם ירקות שורש וזוקיני, שמרי בירה, עלי מיקרו ושמן המפ 47

MORNING



Red fruit superfood bowl by Omina

Acai and maqui berry, banana, pineapple, coconut butter, chia seeds, coconut flakes, buckwheat popcorn & nut mix. 45 nis

Quick Breakfast

Free ranging egg of choice, vegetable salad, green onion, olives, bread, butter, cream cheese + coffee. 42 nis

Add fresh juice for 10 nis

Tel Aviv Breakfast

2 free ranging eggs of choice, vegetable salad, green onion, olives, bread, butter, cream cheese + coffee. 56 nis

Choose 2: guacamole / tuna in olive oil / labneh cheese / burned eggplant feta cheese with fresh za'atar / roasted vegetables

Add fresh juice for 10 nis

Vegan Breakfast

Hummus omelette, vegetable salad, green onion, olives, tahini, guacamole, burned eggplant, roasted vegetables, bread, homemade jam + coffee. 58 nis

Add fresh juice for 10 nis

Morning Salad

Roughly chopped cucumber, tomato, radish, olives & purple onion, olive oil & lemon, hard boiled egg / feta cheese. 36 nis

Served with tahini and half a baguette

Dizi Croque

Crispy croissant, stir-fried mangold, cream cheese, smoked salmon, poached egg. 56 nis

Served with baby caesar salad

Oats porridge

Cooked with milk / almond / soy, coconut sugar, cinnamon, buckwheat popcorn, banana and splash of maple / date honey / chai. 42 nis

Buffalo Yogurt & Granola

Our homemade granola, seasonal fruits, berry confiture & cinnamon. 38 nis

2 Slices of roasted sourdough bread topped with:

Guacamole, chives & radish sprouts. 38 nis

Scrambled eggs, herbs & butter. 28 nis

Feta cheese with fresh za'atar and honey. 28 nis

Burnt eggplant. 42 nis

Caprese - fresh mozzarella & pico de gallo. 42 nis

Salmon, cream cheese, cucumber, radish sprouts & lemon. 44 nis

Roasted vegetables. 42 nis

BRUNCH



Red fruit superfood bowl by Omina

Acai and maqui berry, banana, pineapple, coconut butter, chia seeds, coconut flakes, buckwheat popcorn & nut mix. 45 nis

Quick Breakfast

Free ranging egg of choice, vegetable salad, green onion, olives, bread, butter, cream cheese + coffee. 42 nis

Add fresh juice for 10 nis

Tel Aviv Breakfast

2 free ranging eggs of choice, vegetable salad, green onion, olives, bread, butter, cream cheese + coffee. 56 nis

Choose 2: guacamole / tuna in olive oil / labneh cheese / burned eggplant feta cheese with fresh za'atar / roasted vegetables

Add fresh juice for 10 nis

Vegan Breakfast

Hummus omelette, vegetable salad, green onion, olives, tahini, guacamole, burned eggplant, roasted vegetables, bread, homemade jam + coffee. 58 nis

Add fresh juice for 10 nis

Morning Salad

Roughly chopped cucumber, tomato, radish, olives & purple onion, olive oil & lemon, hard boiled egg / feta cheese. 36 nis

Served with tahini and half a baguette

Dizi Croque

Crispy croissant, stir-fried mangold, cream cheese, smoked salmon, poached egg. 56 nis

Served with baby caesar salad

Oats porridge

Cooked with milk / almond / soy, coconut sugar, cinnamon, buckwheat popcorn, banana and splash of maple / date honey / chai. 42 nis

Buffalo Yogurt & Granola

Our homemade granola, seasonal fruits, berry confiture & cinnamon. 38 nis

2 Slices of roasted sourdough bread topped with:

Guacamole, chives & radish sprouts. 38 nis

Scrambled eggs, herbs & butter. 28 nis

Feta cheese with fresh za'atar and honey. 28 nis

Burnt eggplant. 42 nis

Caprese - fresh mozzarella & pico de gallo. 42 nis

Salmon, cream cheese, cucumber, radish sprouts & lemon. 44 nis

Roasted vegetables. 42 nis

LUNCH



Umina Superfood Salad

Lettuce, red cabbage, garden rocket, sunflower and radish sprouts, carrot, avocado, arame seaweed, chia seeds, red quinoa, seed mix & lemon vinaigrette. 54 nis

Avocado, Tofu & Potato Salad

Lettuce, peanuts served with asian tahini sauce 53 nis

Add fresh juice for 10 nis

Caesar Salad

Romaine hearts lettuce, croutons & parmesan cheese. 42 nis

Add fresh juice for 10 nis

Feta Salad

Tomato, cucumber, purple onion, baby radish, olives and a slice of feta cheese. Olive oil, lemon and fresh za'atar. Served with half a baguette. 46 nis

Burmese Salad

Carrot, beetroot, red cabbage, green onion, coriander, chili peppers, radish sprouts, cellophane bean noodles, peanuts & asian vinaigrette. 46 nis

Umina Buckwheat Wrap

Tahini, beetroot creme, roasted pepper, lettuce, stir-fried tofu, curcumine, cumin & seed mix. 44 nis

Roasted Vegetables Sandwich

Cauliflower, sweet potato, caramelized beets, baby leaves, aioli, garlic & sour cream or tahini. 42 nis

Mangold & Lentils Cutlets Sandwich

Our homemade granola, seasonal fruits, berry confiture & cinnamon. 38 nis

Burnt Eggplant Sandwich

2 slices of sourdough bread, whole burnt eggplant, tahini & pico de gallo. 42 nis

Loveat Superbowl

Full round rice, cauliflower, sweet potato, roasted tomato, avocado, red cabbage, arugula, pumpkin seeds, green onion. Served with beetroot cream, spinach cream & tahini. 48 nis

Tofu, Rice & Cauliflower Curry

Whole grain round rice, root vegetables, coconut cream, lemon grass, chili & herbs. 54 nis

Soup / Stew of the day

Served with bread. 28/35 nis

Vegan Black Risotto by Umina

Black rice, root vegetables, zucchini, beer yeast, microgreens & hemp oil. 47 nis



Salmon 22 nis / Matias 19 nis / 2 Free ranging eggs of choice 22 nis / Crispy tofu 11 nis
Vegetable salad 11 nis / Bread, butter & Jam 12 nis

COFFEE

Espresso / double	10/12
Long Black	12
Americano /large	12/14
Piccolo Latte	12
Macchiato /double	12/14
Flat White	14
Latte /large	14/16
Cappuccino /large	14/16
Hario Filter	15
Hario v60	16
Coco bliss shot	16
Mocha	18
Matcha Latte	18
Chai	18
Hot Cider / with Wine	18/22
Almond / Rice Milk	2

ICE BLENDED

Cold Brew tap	20
Cold Brew infused milk	18
Iced Americano / large	14/17
Iced Latte Lite	20
Iced Matcha	22
Coffee Granita	20
Iced Espresso	18
Cold Drip Spritz / large	11 / 13
Iced Mocha	25



BY SUPERFOOD MASTER UMINA

Superfood Green Smoothie 38

spirulina, mint, spinach, apple, pineapple, rye grass, wheatgrass, moringa, chlorella, chia, coconut butter & raw cacao

Superfood Red Smoothie 38

almond milk, vanilla, dates, blueberries, aronia berries, goji berries, maqui berries & asai

loveat. organic coffee roasters