

שמע



דילים של בוקר

קפה אורגני ומאפה
קפה אורגני וחצי כריך
קפה אורגני ומוזלי או ציה

תוספת לקפה קר +5 ש"ח

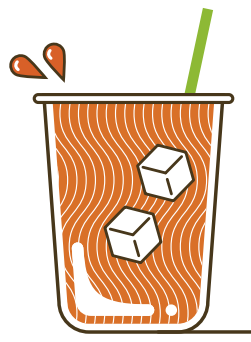
20 / 28	12	קרואסון חמאה
28 / 33	12	קרואסון שוקולד
38	18	קרואסון שקדים
	18	קרואסון שוקולד שקדים
	16	קרואסון גבינה
16	12	פרצל שקדים
16	12	עוגה אישית
	18	מאפינס גזר / פיסטוק ופטל
	18	שוקולד ללא קמח / קוקוס
14	18	שוקולד תפוח / טבעוני משתנה
	16	סטיק מלוח

ארוחות בוקר

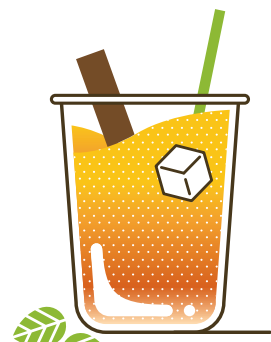
36	39	39	120	39	32
יוגורט באפלו גרנולה	בוקר זריז	בוקר זוגי בנמל	סביח הבימה	דייסת קוואקר	
עם פירות העונה, גרנולה ביתית, דבש וקינמון.	ביצת חופש לבחירה, טונה בשמן זית, לאבנה עם שמן זית, סלט <i>loveat</i> , ריבה בייתית, חמאה ולחם שיאור בעבודת יד. מוגשת עם כוס קפה.	4 ביצי חופש לפי בחירה, סלט <i>loveat</i> , לאבנה עם שמן זית, גבינת פטה, טונה בשמן זית, אבוקדו, טחינה, זיתי קלמטה, פסטו שלנו, ריבה, חמאה ולחם שיאור. מוגשת עם שתי כוסות קפה ושני מיצים.	טחינה עם פרוסות חצילים אפויים, בצל סגול, ביצה קשה, עגבניות שרופות, פטרוזילה ושמן צ'ילי. טבעוני ניתן לבקש ללא הביצה.	עם פירות טריים, אגוזים קלויים, סילאן וקינמון. ניתן להזמין על בסיס חלב סויה/קוקוס/שקדים/מים.	
ארוחת בוקר תל אביבית					
2 ביצי חופש לפי בחירה, סלט <i>loveat</i> , טחינה, מלא ירקות וירוקים, לאבנה עם שמן זית וזעתר טרי, זיתי קלמטה, פסטו שלנו, טונה בשמן זית, פלפל חריף קלוי, ריבה בייתית, חמאה ולחם שיאור בעבודת יד. מוגשת עם כוס קפה ומיץ.					



20 לימונדה קפואה
עם עלי מנטה טריים בבלנדר.



20 תפוח קפוא
עם קינמון, על קוביות קרח בבלנדר.



14 תה קר
חליטת הבית, עם דברים טובים.

קפה אורגני

לשבת לקחת

את כל המשקאות ניתן להמיר לחלב דל שומן / חלב סויה

10 / 8	11 / 9	אספרסו קצר / כפול
12 / 10	13 / 11	מקיאטו קצר / כפול
13 / 11	14 / 12	מקיאטונה קצר / כפול
15 / 13	16 / 14	קפוצ'ינו רגיל / גדול
15 / 13	16 / 14	לטה רגיל / גדול
15	16	לטה מקיאטו
11 / 9	12 / 10	אמריקנו רגיל / גדול
10	10	קפה בוך אורגני
20	20	Chemex®
		שיטת חליטה למיצוי הקפה המושלם - 3 כוסות
16	16	Hario Coffee Dripper
		פילטר קלאסי
18	18	שוקו בלגי חם
		שוקולד חלב / מריר
18	18	שוקו לבן חם
		שוקולד לבן, אספרסו וקינמון
20	20	לאבאית תפוחים
18	18	מוקה קפה ושוקולד
18	18	צ'אי לאטה ותבלינים
15	15	תה העונה
14	14	חליטות תה
		חליטת הבית, ג'ינג'ר דבש ולימון, מרווה, לואיזה, לימונית, חליטת פירות אדומים, ארל גריי, סיני ירוק, תה יסמין.

כל משקאות הקפה עשויים מקפה אורגני בלבד.

קפה על המשקל

Chocolate Cream 20	Dark Italian 20
תערובת שוקולד קרים מתאים לקפה פילטר, מקינטה, מכונת אספרסו ביתית, קפה בוך	תערובת איטלקית אורגנית מתאים למכונת אספרסו ביתית או מקינטה
Dark French 20	Organic Arabian 16
תערובת צרפתית אורגנית מתאים לקפה פילטר	תערובת ערביקה אורגנית מתאים כקפה טורקי מבושל או קפה בוך
Organic Decaf 22	Single Region 22
תערובת קפה נטול אורגנית מתאים לקפה פילטר, מקינטה, מכונת אספרסו ביתית, קפה בוך	קפה חד-זני אורגני מתאים לקפה פילטר, מקינטה, מכונת אספרסו ביתית, קפה בוך

20% בקניית קילוגרם ומעלה
15% בקניית 500 גרם ומעלה

loveat



סנדוויצ'ים (שלם / חצי)

הכריכים שלנו מוגשים עם פינוק הבית. סוגי לחם לבחירה: לחם דגנים / פוגאס לבן / פוגאס שיפון

- סנדוויץ' מלא ואבוקדו** (VG) פרוסות אבוקדו, פסטו, בצל סגול, עגבנייה, שמן צ'ילי וארוגולה. 23 / 42
- סנדוויץ' מוצרלה** (V) מוצרלה באפלו מעולה, עגבניה טרייה, הפסטו שלנו, בזיל ורוקט טרי מהבוקר. 23 / 42
- סנדוויץ' עוף/טופו** (VG) חזה עוף/טופו צלוי, עריסה מרוקאית, טחינה, עגבנייה, בצל צלוי, רוקט לימון כבוש ושמן צ'ילי. 46
- סנדוויץ' סלק צלוי** (V) גבינת עיזים, בלסמי מצומצם ואגוזים קלויים. 24 / 40

- סנדוויץ' חביתה** (V) מביצי חופש, עם טחינה/לאבנה, מלפפון חמוץ, עגבנייה, רוקט ובצל ירוק. 22 / 38
- סנדוויץ' סביח** (VG) עם טחינה, פרוסות חציל לאבאיט, עגבניות שרופות, בצל, ביצת חופש ופטרוזיליה. (טבעוני ללא הביצה) 22 / 38
- סנדוויץ' בריאות טונה** טחינה, טונה בשמן זית, עגבניה, לימון כבוש, מעט בצל סגול ורוקט. 23 / 42

מגולגלים

בטורטייה מקמח סובין מלא בריא וטעים

- מגולגל ביצי חופש ואבוקדו** (V) ביצת חופש משוגגת, מעט מיוז, אבוקדו טרי ומתובל, עגבניות ורוקט. 42
- מגולגל עוף אבוקדו** נתחי עוף צלוי, מעט מיוז ואבוקדו טרי ומתובל, עגבניות ורוקט. 42
- מגולגל שווארמה עוף/טופו** (VG) שווארמה עוף/טופו, טחינה, רוקט טרי ובטטה עם מלפפון חמוץ ושמן צ'ילי. 42

המבורגר בריאות

כל הבורגרים מגיעים בלחמניית המבורגר בריאות

- פרפרי עוף-בורגר צלוי** חזה עוף, איולי עשבים, עגבניות קלויות, מלפפון חמוץ, שמן זית, בצל טרי ועלי רוקט. 52
- קציצות בורגר ברוטב שרי תמר** עם עריסה מקומית, טחינה, בצל שרוף, רוקט, שמן צ'ילי ופטרוזיליה. 54
- הטבעוני** (VG) המבורגר טבעוני עשוי מאורז מלא עדשים מונבטות ושקדים טחונים, טחינה, עגבנייה טרייה, בצל סגול, מלפפון חמוץ, שמן צ'ילי וחסות. 52

חדש!

נייטרו הוא קפה קר מהחבית, עם בועות חנקן זעירות ומרקם מוקצף ממש כמו בירה.

פסטה

אפשר לבקש גם בגרסא צמחונית/טבעונית

- ספגטי עגבניות תמר** (VG, V) עם עוף צלוי, שמן זית, שום, עגבניות שרי, בזיליקום טרי ופטרוזיליה. 52
- לינגוויני פטריות** (VG, V) עם פטריות פורטובלו, פטריות שי מג'י, שמן זית, שום, בצל ירוק, כרישה, תימין, קייל וגבינת עיזים. 52
- ספגטי ילדוד'ס!** ספגטי ברוטב עגבניות, חזה עוף צלוי, סלט ירקות טריים. מוגש עם מיץ תפוזים ופיתה דקה 35

סלטים

כל הסלטים מוגשים עם לחם שאור

- ירוקים וירקות עם עוף/טופו וטחינה** (VG) עגבניות שרי, צנוניות, מלפפון מיני, בצל סגול והירוקים של לאבאיט* עם שמן זית, לימון וטחינה 48
- סלט פטה** (V) עם ירקות טריים (עגבניות שרי, צנונית, מלפפון, בצל ירוק), הירוקים של לאבאיט*, זיתי קלמטה, זעתר טרי, פטה וקרוטונים. 48
- סלט טאבולה קינואה** (VG) סלט לאבאיט עם תערובת הבית של בורגול, קינואה אדומה, עדשים מונבטות, שקדים מולבנים ומלא טחינה בצד מוגש עם לימון. 48

סלט טונה
טונה בשמן זית עם הירוקים של לאבאיט*, עגבניות שרי, צנונית, זיתי קלמטה, בצל סגול, ביצת חופש קשה, ולימון כבוש. 53

סלט עוף/טופו עם תפוא צלויים ואבוקדו (VG) חזה עוף במרינדה עם תפוחי אדמה צלויים, אבוקדו בוטנים קלויים, חסות, ארוגולה, ויניגרס אסייתי וטחינה גולמית. 53

אחד אסיאתי (VG) אטריות אורז עם עוף/טופו, גפרורי גזר, קינואה אדומה, עגבניות שרי, אבוקדו טרי, סומסום, כוסברה, בוטנים קלויים ורוטב ג'ינג'ר ליים אסיאתי. 53

הירוקים של לאבאיט

* חסה, ארוגולה, פטרוזיליה, כוסברה, נענע, בזיליקום

החמים של loveat.

אורז אדום מלא בריאות מוגש עם סלט loveat.

- סלט שווארמה** (VG) אורז אדום מלא עם עוף/טופו צלוי ומתובל, בצל כבוש, טחינה, שמן צ'ילי ופטרוזיליה טרייה. 53
- קציצות בשר / בורגול וירקות** (VG) ברוטב עגבניות שרי תמר עם עריסה מקומית ואורז אדום מלא ופטרוזיליה מוגש עם טחינה ושמן צ'ילי. 55
- מג'דרה בורגול** (VG) נתחי עוף/טופו עם תרד טרי, עגבניות שרופות עם מג'דרה בורגול. 52
- קציצות loveat.** (VG) תבשיל קציצות בקר / טבעוניות עם סלק, סלרי ולימון על אורז אדום מלא. מוגש עם שמן צ'ילי, פטרוזיליה וטחינה בצד. 55
- אורז אדום מלא טעמים** (VG) אורז אדום, פורטובלו, כרובית אפיה, עגבניות קלויות, בצל צלוי וערמונים מוגש עם יוגורט באפלו פטרוזיליה וכוסברה. 48

תקף בימים א-ה בין 12:00-16:00
תוספת למיץ + 3 ש"ח

מזמינים מנה מהתפריט ומקבלים שתיה ומנה צדדית טעימה עלינו

דיל צהריים