



# מהמטבח

## 42 בוקר בקטנה / טבעוני GF / VG

ביצת חופש לבחירה/ירקות חתוכים גס וזיתים/לחם/חמאה בצל ירוק/גבינת שמנת. הטבעוני מגיע עם לביבות מנגולד/ טחינה וסלט **loveat** מוגש עם קפה וחצי בגט. תוספת מיץ סחוט ש10



## סלטים

### 42 פטה גס GF

קוביית פטה, עגבניה, בצל סגול, מלפפון, צנונית, זיתים, זעתר טרי.

### 47 טבולה קינאוה ופטה GF

מיקס קינאוה, שמן זית ולימון, מלח אטלנטי, בצל ירוק, מלפפון ופלפלים דק דק, עגבניית שרי, ארוגולה, פטרוזיליה, נענע, תמרים, אגוזים, פטה וצילי חריף. ניתן להזמין טבעוני ללא הפטה 43 ש"ח מוגש עם טחינה וקדם סלק

### 52 סלט סופר פוד מאזן VG

חסה, כרוב סגול, רוקט, נבשים, גזר, אבוקדו, צ'יה, קינאוה, תערובת גרעינים בווינגרט לימון.

### 48 סופר בול לאבאיט ארוז אדום

כרובית, בטטה, עגבניה צלוייה, אבוקדו, כרוב אדום, ארוגולה, זרעי דלעת, בצל ירוק. מוגש עם קדם סלק, קדם תרד וטחינה **GF / VG**

### תוספות:

ביצת חופש קשה...6 ש / סלמון...12 ש / טונה...7 ש / סופו...12 ש / שני ביצים איך שתמצאו...20 ש / פטה...7 ש



## on toast

חממת דגנים מלא / ללא גלוטן

### 38 גואקמולי ומקושקשת

פרוסת לחם קלוי ועליהם גואקמולי, ביצים מקושקשות, פלפל חריף, צנונית ושמנת של פעם.

### 38 להבות VG

פרוסת לחם קלוי ועליהם חציל קלוי, סלט עגבניות חריף, טחינה.

### 26 מוצרלה

חמאה, מלח, עגבניה, מוצרלה באפלו, ומלא בזיליקום.

### 26 אמנטל

חמאה, מלח, אמנטל, עלי תרד שריים.

## דילים

- 20 / 26 קפה ומאפה
- 36 קפה ומוזלי או ציה
- 22 / 26 קפה ומיני כריך
- 28 / 31 חצי כריך וקפה

# מהוטרונה

## 46 פריטטה אפויה GF

ירקות צלויים, בטטה, תרד, ביצי חופש, סלט לאבאיט, זיתים, לחם, טחינה. מוגש עם קפה.

## 22 / 39 טורטייה VG

כרוב סגול, מיץ לימון, שמן זית אבוקדו טרי (בעונה), עלי רוקט.



## כריכים

את כל הכריכים ניתן להזמין עם לחם ללא גלוטן **GF**

### 20 / 36 חביתה

חביתה משני ביצי חופש, רוקט, טחינה, עגבניה.

### 21 / 38 אבוקדו VG

צנון דק, אבוקדו גס (בעונה) מטובל במלח ים ושמן זית

### 21 / 38 סביח ניתן להזמין ללא ביצה VG

טחינה, תפוז"א, מלח ים, חציל מהתנור, רוקט, ביצת חופש קשה, ומיץ לימון

### 22 / 40 סלק

שמן זית, סלק צלוי, גבינת עיזים, בזיליקום.

### 22 / 40 מוצרלה

שמן זית, עגבניה, מלח, מוצרלה באפלו, עלי בזיליקום

### 22 / 40 בריאות טונה

טחינה, טונה בשמן זית, עגבניה, בצל סגול ורוקט.

### 23 / 42 סלמון

סלמון, שמנת חמוצה, מלח ים, פרוסות צנון, מלפפון, חסה ולימון.

### 45 לביבות מנגולד ועדשים

סלסת עגבניות ועלים ירוקים. טחינה/איולי לבחירה

התפריט צמחוני / טבעוני ומבוסס על חומרי גלם טבעיים בלבד

## 28 מוזלי

יגורט באפלו, סילאן, \*מיקס אגוזים

## 28 פודינג צ'יה VG

חלב שקדים, קדם קוקוס, צ'יה, סילאן, קינמון, \*מיקס אגוזים



# מתוק



תותי עץ, חמוציות, צימוק אוזבקי, גוג'י ברי, שברי קוקוס יבש, שיבולת שועל, זרעי פשטן, גולדן בריז, שקדים, אגוזי לוז, פקאן, אגוזי ברזיל, פולי קקאו, פולי קפה קוסטה ריקה.



## אייס



- 14 **חליטת תה קרה**  
תערובת צמחים ותבלינים בחליטה קרה.
- 16 **קולד ברו**  
אפשר גם על בסיס חלב סויה או חלב שקדים
- 16 **אספרסו קפוא**  
תערובת אספרסו אורגני טרי מוקצף בבלנדר עם קרח.
- 20 **לימונדה קפואה**  
עם עלי מנטה טריים בבלנדר.
- 22 **אייס אבטיח**  
על קוביות קרח בבלנדר.
- 22 **אייס מלון**  
עם ג'ינג'ר על קוביות קרח בבלנדר.
- 20 **אייס לטה לייט**  
קפה קר טבעי ומתקתק על בסיס חלב וקוביות קרח, מי סוכר בצד.
- 25 **אייס לאבאיט**  
אספרסו טרי, שוקולד בלגי מריר על בסיס חלב עם קרח
- 22/32 **אייס מלון / אלכוהולי**  
מלון, ג'ינג'ר, סיידר אגסים

ניתן להוסיף חלב שקדים / סויה בתוספת 2 ש"ח

## קפה

- 10/12 **אספרסו** קצר / כפול
- 12/14 **מקיאטו** קצר / כפול
- 14/16 **מקיאטונה** קצר / כפול
- 14/16 **קפוצ'ינו** רגיל / גדול
- 14/16 **לטה** רגיל / גדול
- 16 **לטה מקיאטו**
- 11/13 **אמריקנו** רגיל / גדול
- 11 **קפה בוץ אורגני**
- 20 **Chemex®**  
שיטת חליטה למיצוי הקפה המושלם - 3 כוסות
- 16 **Hario Coffee Dripper**  
פילטר קלאסי

## חם ומפנק

- 18 **שוקו בלגי חם** שוקולד חלב / מריר
- 18 **שוקו לבן חם** שוקולד לבן, אספרסו וקינמון
- 20 **לאבאיט תפוחים**
- 18 **מוקה קפה ושוקולד**
- 18 **צ'אי לאטה ותבלינים**
- 14 **חליטות תה**  
לואיזה ונענע, ירוק, חליטה בדואית, שחור, פירות יער צאי הודי.

## מיץ

- 15/20 **תפוזים**
- 16 **לימונדה**
- 16 **גזר**
- 18 **תפוחים**
- 18 **סלק תפוח**
- 20 **שורשים מופלאים**
- 20 **מיץ כל הירוקים**

