




# בוקר טוב

ארוחות הבוקר מוגשות עד השעה 12:50



**57**  **שקשוקה לואיז**  
 שקשוקה עגבניות עם ביצי חופש / גבינה טבעונית / טופו, מוגשת עם סלט ירוק, טחינה אורגנית, זיתים, פרנה מקמח מלא / ללא גלוטן ושתייה חמה / מיץ טבעי / תוספת חצילים / גבינה טבעונית / טופו (+ 6)

**59**  **בוקר יווני**  
 מאפה בורקס לל"ג, ביצת חופש, עגבניות, גבינת צאן, ממרח פסטו, תערובת זיתים וסלט ירוק, מיץ טבעי ושתייה חמה

**45** **פוקצ'ה סביח**  
 ביצת חופש קשה, חציל קלוי, פטרוזיליה, טחינה וסלסה עגבניות מונחים על פוקצ'ה חמה מקמח מלא. מוגש לצד מבחר זיתים, סלט ירקות, מיץ טבעי או שתייה חמה לבחירה

**38** **מודלי**  
 יוגורט בקר / עיזים עם הגרנולה של לואיז, גוג'י ברי, פולי קקאו כתושים וכירות העונה, אגבה / דבש מלכות / סילאן

**5** **המרת שתיה בארוחות הבוקר למשקאות בבקבוק / מיצים גדולים**

**10** **המרת שתיה לשייקים / אייסים**

**12** **למברוסקו / מימוזה**

**15** **מבחר לחמי השאור של לואיז / פרנה ללא גלוטן וממרח שום**

**18** **קאוזה מלכות**

**מבחר סלטים וכריכים - בתפריט הראשי**

**קפה ומאפה בוקר 25**

**מאפה בוקר 16**


**קפה וכריך ביש 25**




**116 / 63**  **בוקר פראי אישי / זוגי**  
 ביצי חופש עם שתי תוספות לבחירה: בצל / עשבי תיבול / עגבניות או ביצים עלומות בקן קדאיף על מצע עלי תרד עם נגיעות ציזיקי (+8 לסועד)  
**תוספות:** פטה עיזים / גבינת צאן / פטריות (+4)  
**סלט לבחירה לכל סועד:** סלט ירקות / סלט קינואה **מטבלים ליחיד:** ממרח שום, פטה עיזים, לאבנה עם שמן קצח, טחינה אורגנית, ממרח חצילים, עגבניות קלמטה, קונפיטורת הבית, קינוחון טפיוקה **מטבלים לזוג:** ממרח שום, פטה עיזים, לאבנה עם שמן קצח, גבינת עיזים מתובלת, טחינה אורגנית, ממרח עגבניות קלמטה, טופו ירוק, עלי גפן ממולאים בלאבנה עיזים, קונפיטורת הבית, 2 קינוחון טפיוקה **מיץ טבעי, שתייה חמה ומבחר לחמי השאור של לואיז / פרנה ללא גלוטן (לא מכיל גלוטן מלבד הקן קדאיף)**

**116 / 63**  **בוקר טבעוני ליחיד או לזוג**  
**לביבות בטטה - דגנים עם ממרח פסטו (אגוזים)**  
**סלט לבחירה לכל סועד:** סלט ירקות / סלט קינואה **מטבלים ליחיד:** ממרח שום, עגבניות קלמטה, טופו ירוק, חצילים, חומוס עדשים, מבחר זיתים, קונפיטורת הבית, קינוחון טפיוקה **מטבלים לזוג:** ממרח שום, עגבניות קלמטה, טופו ירוק, טחינה אורגנית, חצילים, חומוס עדשים, טאבולה פסטו עדשים, מבחר זיתים, קונפיטורת הבית, 2 קינוחון טפיוקה **מיץ טבעי, שתייה חמה ומבחר לחמי השאור של לואיז / פרנה ללא גלוטן**

**59** **בוקר נורבגי**  
 קרואסון עם סלמון מעושן, ביצה עלומה, ממרח ארטישוק וצלפים, בייבי תרד, גבינת עיזים מתובלת, נגיעת ציזיקי ובצל ירוק, מוגש עם סלט ירוק, שתייה חמה / מיץ טבעי

**45**  **בוקר פועלים**  
 חומוס עדשים, תבשיל גרגירי חומוס ואזוקי, ביצת חופש קשה, עגבניות שרי, בצל ירוק ושמן מורינגה, מוגש עם החרף של לואיז, תערובת זיתים, לאפה מקמח מלא, סלט ירוק, מיץ טבעי או שתייה חמה לבחירה (ללא גלוטן מלבד הלאפה)

**טאפסים מגוון מטבלים וממרחים, מעולים לצד כל מנה!**  
 ממרח שום, ממרח עגבניות קלמטה, ממרח ארטישוק וצלפים, ממרח שום קארי, ממרח חצילים ועגבניות, ממרח פסטו בזיליקום (אגוזים), ממרח טופו ירוק, טחינה אורגנית, מבחר זיתים, חומוס עדשים, קונפיטורה | +5  
 עלי גפן ממולאים בלאבנה עיזים, פטה עיזים 16%, ממרח לאבנה 5%, עיזים מתובלת 5% | +7

המנות עשויות להכיל וכיבים אלרגניים כגון: ביצים, חלב, שומשום, בוטנים, אגוזים, חיטה (גלוטן) ועוד. המטבח אינו נקי מגלוטן. 



ארוחות הבוקר מוגשות עד השעה 12:50



## משקאות חמים



16

### מבחר חליטות טבעיות מצמחי מרפא

#### פירות

היביסקוס, ענבים, חתיכות אנוס, מנגו ופפאיה מסוכרים וקליפות הדרים

#### תה מאצ'ה

עשיר במינרלים, ויטמינים ונוגדי חימצון. מרגיע את הגוף ומפיג מתחים

#### עלי תה ירוק עם תות וקייווי

100% עלי תה ירוק ציילון גדולים עם חתיכות פרי (תות וקייווי). מכיל חומצה פולית ופוליפנולים הנחשבים לנוגדי החמצון החזקים ביותר, שניהם יעילים בהאטת תהליכי ההזדקנות ומחזקים את המערכת החיסונית. עוזר בהורדת הכולסטרול ובתהליכי הרחיה.

#### אולון

ג'ינסנג ידוע כמוריד רמות כולסטרול, מעלה אנרגיה בגוף, נלחם בעייפות ומעלה את יכולת החשיבה

#### פואר שו

תה מצויין לסיום ארוחה שופעת, ממריץ חילוף חומרים ומועיל במיוחד למערכת העיכול, משפר את זרימת הדם ומוריד את רמת הכולסטרול

#### מולי

עשיר בנוגדי חמצון טבעיים, בויטמינים ובמינרלים. מרגיע את מערכת העצבים וניחן ביכולת לעזור בשיכוך כאבים ובתכונות אנטי-בקטריאליות ואנטי-נגיפיות העוזרות לגוף בעת הצטננות או שפעת

16

מאצ'טינו  
תה ירוק יפני עם סוכר חום וחלב מוקצף

19

משקה מלכות  
מזון מלכות, דבש, רחמרין ולימון (אנטיביוטיקה מהטבע)

19

שוקו חם  
על בסיס שוקולד חלב / מריר 70%

12

תה נענע / לואיזה / מרווה

17

ג'ינג'ר לימון ודבש מלכות

15

חלב דבש מלכות וקינמון

19

סיידר חם טבעי עם מקל קינמון  
תוספת יין +10

## קפה לוֹאִיז 100% אורגני

12 | 9 | 9

אספרסו קצר / ארוך / כפול

12 | 9 | 9

מקיאטו קצר / ארוך / כפול

16 | 13

הפוך רגיל / גדול

11

שחור

13

אמריקנו

ניתן להמתיק המשקאות בסירופ אגבה / דבש תמריס טבעי ולהנות מחלב סויה / שקדים ללא תוספת תשלום



## ספיישל שייקס

## מיצי פירות וירקות (נסחטים במקום)

29 שייק פסיפלורה אגבה  
פסיפלורה, מנגו, חלב ארוז שקדים ואגבה

29 ג'ונגל  
אסאי, תמר, מנגו, עלי נענע וסירופ אגבה

29 שייק טחינה  
בננה, תמר, טחינה גולמית, אגוזי מלך וסילאן על בסיס חלב סויה

29 אננס-על  
מורינגה, ספירולינה, אנוס, תמר ומיץ לימון

25 לאסי  
יוגורט בקר בתוספת פירות העונה (תוספת יוגורט עיזים +4)

29 יערות הכרמל  
פירות יער, בננה, תמר, יוגורט בקר וסירופ אגבה (תוספת יוגורט עיזים +4)

25 שייק פירות העונה  
על בסיס חלב / חלב סויה / חלב שקדים / מיץ תפוזים (עד שלושה שילובים)

29 אצה להאצה  
אצת ספירולינה טרייה, מלפפון, אגס, תמר, נענע ולימון

29 מאקה קקאו  
פולי קקאו, שורש מאקה, תמר, צ'יה, אגבה, שמן קוקוס וחלב סויה

18

החידוקית של לוֹאִיז

לימון טחון, ג'ינג'ר, תפוח

18 | 23

סגול

סלק, סלרי ותפוח

18 | 23

ירוק

תפוח, מלפפון, סלרי ונענע

17 | 22

מיץ גזר / תפוח /

אשכולית / תפוז / סלק / סלרי / ג'ינג'ר / נענע / לימון

כל המיצים והשייקים אינם מכילים גלוטן