



# בוקר טוב

ארוחות הבוקר מוגשות עד השעה 12:50



59 **בוקר יווני**   
מאפה בורקס לל"ג, ביצת חופש, עגבניות, גבינת צאן, ממרח פסטו, תערובת זיתים וסלט ירקות, שתייה קרה וחמה

38 **מוזלי**  
יוגורט בקר / עיזים עם הגרנולה של לואיז, גוג'י ברי, כולי קקאו כתושים ופירות העונה, אגבה / דבש / סילאן

משקאות בבקבוק / הגדלת מיצים +5

שייקים / אייסים +10

12 **למברוסקו / מימוזה**  
ניתן להמיר בתוספת +5

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

## עוד דברים טובים

61 **קדאיף גבינות**  
קדאיף אפוי במילוי גבינות צאן, זרעי שומשום ופשתן עם ביצת עין ומעל ציזיקי ובלסמי מצומצם מוגש על עלי בייבי ותרד עם ויניגרט בלסמי

55 **קיש כוסמין / קיש ללא גלוטן**   
קיש במילוי משתנה, מוגש עם ציזיקי / טחינה וסלט

51 **פיצה לואיז**   
פיצה מקמח מלא, רוטב עגבניות ורוטב פסטו בזיליקום (אגוזים), גבינת צאן ופרמז'ן / גבינה טבעונית, בתוספת בצל סגול / זיתי קלמטה / בטטה / חצילים / פטריות שמכניון

## מבחר סלטים וכריכים - בתפריט הראשי

\*לתשומת לבכם / המנות עשויות להכיל רכיבים אלרגניים כגון: ביצים, חלב, שומשום, בוטנים, אגוזים, חיטה (גלוטן) ועוד. המטבח אינו נקי מגלוטן

מאפה בוקר  
16

קפה  
וכריך ביש  
25

קפה  
ובורקס לל"ג  
31

בורקס  
ללא גלוטן  
25

קפה  
ומאפה בוקר  
25

116 / 63 **בוקר טבעי ליחיד או לזוג**   
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 זעתר, טחינה אורגנית, ממרח חצילים, עגבניות קלמטה, קונפיטורת הבית, קינוחון טפיוקה  
**מטבלים לזוג:** ממרח שום, פטה עיזים, לאבנה עם זעתר, גבינת עיזים מתובלת, טחינה אורגנית, עגבניות קלמטה, טופו ירוק, קוביות סלק ואגוזים, קונפיטורת הבית, 2 קינוחון טפיוקה מיץ טבעי, שתייה חמה ומבחר לחמי השאור של לואיז / פרנה לל"ג (ללא 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, קוביות סלק אגוזים, מבחר זיתים, קונפיטורת הבית, 2 קינוחון טפיוקה מיץ טבעי, שתייה חמה ומבחר לחמי השאור של לואיז / פרנה ללא גלוטן

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

51 **בוקר פועלים**   
חומוס עדשים, תבשיל גרגרי חומוס ואזוקי, עגבניות שרי, בצל ירוק, 2 ביצי חופש קשות, חריף של לואיז וטורטיה מקמח מלא. מוגש עם קפה שחור / תה נענע (ללא גלוטן מלבד הטורטיה)

**מבחר טאפסים פרועים**  
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, קוביות סלק ואגוזים, חומוס עדשים, קונפיטורה, חלבה | +5  
פטה עיזים 16%, ממרח לאבנה 5%, עיזים מתובלת 5% | +7

57 **שקשוקה לואיז**   
שקשוקה עגבניות עם ביצי חופש מוגש עם סלט ירקות, טחינה אורגנית, זיתים ופרנה מקמח מלא / ללא גלוטן, שתייה חמה / מיץ טבעי  
תוספת חצילים / גבינה טבעונית / טופו +6

57 **שקשוקה טבעונית**   
שקשוקה עגבניות, מוגשת עם גבינה טבעונית / טופו, סלט ירקות, טחינה אורגנית, זיתים ופרנה מקמח מלא / ללא גלוטן, שתייה חמה / מיץ טבעי



# בנוקב טוב



- 12 תה נענע / לואיזה / מרוזה
- 17 ג'ינג'ר לימון ודבש
- 15 חלב דבש וקינמון
- 19 סיידר חם טבעי עם מקל קינמון  
תוספת יין +10

16  מבחר חליטות טבעיות מצמחי מרפא

### 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

### 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 וקיווי

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



## בוסט חורפי

- 16 מאצ'טינו  
תה ירוק יפני עם סוכר חום וחלב מוקצף
- 19 משקה חרובים מאקה קקאו  
חלב סויה, אבקת חרובים, שורש מאקה, סירופ אגבה וקינמון
- 19 משקה מלכות  
מזון מלכות, דבש, רוזמרין ולימון (אנטיביוטיקה מהטבע)
- 19 שוקו חלבה פיסטוק  
חלב, שוקולד חלב / מריר וחלבה פיסטוק
- 19 שוקו חם  
על בסיס שוקולד חלב / מריר 70%

## קפה לוואיז

### 100% אורגני

- 12 | 9 | 9 אספרסו קצו / ארוך / כפול
- 12 | 9 | 9 מקיאטו קצו / ארוך / כפול
- 16 | 13 הפוך רגיל / גדול
- 11 שחור
- 13 אמריקנו

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