

## Zupy

1

### Zupa dnia

Sezonowe, świeże składniki

29 zł

Witamina A i Fosfor  
2

### Zupa rybna na wywarze z ryb i owoców morza

Warzywa sezonowe, świeże zioła

~ Kcal 378 • Białko 14,47 g • Węglowodany 23,09 g • Tłuszcze 19,32 g • Błonnik 6,44 g

38 zł

## Przystawki

Magnez i Mangan  
1

### Pielmieni z pstrągiem i ricottą

Warzywa sezonowe, świeże zioła

~ Kcal 259 • Białko 15,73 g • Węglowodany 19,25 g • Tłuszcze 9,24 g • Błonnik 2,8

36 zł

Witamina A i E  
2

### Pieczone warzywa korzeniowe

Warzywa sezonowe, świeże zioła

~ Kcal 275 • Białko 7,13 g • Węglowodany 14,14 g • Tłuszcze 21,91 g • Błonnik 4,2 g

34 zł

Żelazo i Foliany  
3

### Tatar z buraka

Warzywa sezonowe, świeże zioła

~ Kcal 237 • Białko 6,21 g • Węglowodany 13,7 g • Tłuszcze 18,05 g • Błonnik 2,97 g

32 zł

Foliany i Mangan  
4

### Ziemniaki z ogniska

Jarmuż, sos berneński z maślanką, wędzonym serem

~ Kcal 428 • Białko 10,6 g • Węglowodany 24,9 g • Tłuszcze 31,6 g • Błonnik 2,7 g

36 zł

Witamina E i G  
5

### Oliwki Kalamata

Zielone pesto

~ Kcal 210 • Białko 2,06 g • Węglowodany 5,44 g • Tłuszcze 19,56 g • Błonnik 1,08 g

20 zł

6

### Ser dnia

Wybór naszego szefa kuchni, zawsze świeży i pełen charakteru

32 zł

7

### Domowe pieczywo

Świeżo wypiekane na miejscu, podawane z kremowym masłem

12 zł

# Menu

## Sałatki



### Sałatka NAMI

38 zł

Salaty, warzywa sezonowe, kiszonki, ziarna, zioła, vinegrette, domowy krakers

~ Kcal 247 • Białko 9,66 g • Węglowodany 21,37 g • Tłuszcze 15,65 g • Błonnik 10,11 g



Pstrąg wędzony drewnem owocowym

+ 8 zł

~ Kcal 103 • Białko 16,1 g • Węglowodany 0 g • Tłuszcze 4,62 g • Błonnik 0 g



Pstrąg pieczony z cytryną i tymiankiem

+ 16 zł

~ Kcal 130 • Białko 25,92 g • Węglowodany 0 g • Tłuszcze 2,84 g • Błonnik 0 g



Grillowana pierś z kurczaka kukurydzianego

+ 16 zł

~ Kcal 142 • Białko 16,74 g • Węglowodany 0 g • Tłuszcze 8,37 g • Błonnik 0 g

## Dania główne



### Policzki wołowe

72 zł

Kapusta z kaszą i grzybami, kluski zielone, sos musztardowy

~ Kcal 450 • Białko 40,51 g • Węglowodany 31,48 g • Tłuszcze 17,23 g • Błonnik 3,01 g



### Noga z kaczki

76 zł

Pierogi wiśniowe, okrasa z buraka, puree z kiszonej kapusty i kimchi, demi glaze

~ Kcal 461 • Białko 17,64 g • Węglowodany 19,54 g • Tłuszcze 34,93 g • Błonnik 1,69 g



### Filet z pstrąga

74 zł

Puree z chrzanu i ziemniaka, rybna solanka z jogurtem, świeże zioła z kwaśną śmietaną

~ Kcal 304 • Białko 31,4 g • Węglowodany 20,7 g • Tłuszcze 9,02 g • Błonnik 2,39 g



### Pieczony filet z Halibuta

82 zł

Marynowana kapusta, konfitowane ziemniaki, sos tatarski z porem i jabłkiem, sos porowy na białym winie

~ Kcal 469 • Białko 33,69 g • Węglowodany 35,4 g • Tłuszcze 18,53 g • Błonnik 4,76 g



### Gratin z ziemniaka, selera i pietruszki

48 zł

Kiszony seler, marynowane jabłko, wegetariański demi glaze z pieczonym jabłkiem

~ Kcal 292 • Białko 8,54 g • Węglowodany 27,87 g • Tłuszcze 18,65 g • Błonnik 10,11 g



### Otwarty gołąbek z kapusty

44 zł

Ryż brązowy z pistacjami, kasztanami i żurawiną, kiszonki, sos z pomidorów, aioli szczypiorkowe

~ Kcal 260 • Białko 6,61 g • Węglowodany 40,1 g • Tłuszcze 9,84 g • Błonnik 4,33 g



### Zielone risotto

48 zł

Szparagi, ser, brokuł

~ Kcal 445 • Białko 15,19 g • Węglowodany 56,54 g • Tłuszcze 17,88 g • Błonnik 7,77 g

## Desery



### Fondant czekoladowy

36 zł

Lody domowe, sos wiśniowy

~ Kcal 547 • Białko 10,87 g • Węglowodany 33,22 g • Tłuszcze 40,77 g • Błonnik 0,88



### Tarta mango

38 zł

Pianka kokosowa, lody limonkowe

~ Kcal 545 • Białko 13,52 g • Węglowodany 27,17 g • Tłuszcze 42,33 g • Błonnik 3,92



### Lody dnia

34 zł

Kruszonka, coulis, owoce sezonowe

~ Kcal 525 • Białko 13,01 g • Węglowodany 51,88 g • Tłuszcze 30,11 g • Błonnik 2,97