

## 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 15g • Węglowodany 2 g • Tłuszcze 7 g • Błonnik 2 g

**38 zł**

## Przystawki

Jod i Selen  
1**Pstrąg wędzony**

Palona cebula, kawior z kiszonych, majonez szczypiorkowy, pumpernikiel

~ Kcal 250 • Białko 16 g • Węglowodany 10 g • Tłuszcze 16 g • Błonnik 2 g

**42 zł**Witamina B12 i Selen  
2**Grzybowy parfait** 🌱

Domowa brioche, konfitura z szalotki, żel z rokitnika, prażona kasza, kiszonki

~ Kcal 330 • Białko 13 g • Węglowodany 37 g • Tłuszcze 14 g • Błonnik 3 g

**38 zł**Witamina C i E  
3**Tatar z pomidorów i malin** 🌱

Gzik z oliwą cytrynową, oliwki kalamata

~ Kcal 120 • Białko 6 g • Węglowodany 9 g • Tłuszcze 7 g • Błonnik 3 g

**36 zł**Foliany i Mangan  
4**Ziemniaki z ogniska** 🌱

Jarmuż, sos berneński, maślanka, wędzony ser

~ Kcal 428 • Białko 11 g • Węglowodany 25 g • Tłuszcze 31 g • Błonnik 3 g

**36 zł**Witamina E i G  
5**Oliwki Kalamata** 🌱

Zielone pesto

~ Kcal 210 • Białko 2 g • Węglowodany 5 g • Tłuszcze 20 g • Błonnik 1 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



### Sałatką NAMI

32 zł

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

~ Kcal 247 • Białko 10 g • Węglowodany 21 g • Tłuszcze 16 g • Błonnik 10 g



Pstrąg wędzony drewnem owocowym

+ 8 zł

~ Kcal 103 • Białko 16 g • Węglowodany 0 g • Tłuszcze 5 g • Błonnik 0 g



Pstrąg pieczony z cytryną i tymiankiem

+ 16 zł

~ Kcal 130 • Białko 26 g • Węglowodany 0 g • Tłuszcze 3 g • Błonnik 0 g



Grillowana pierś z kurczaka kukurydzianego

+ 16 zł

~ Kcal 142 • Białko 17 g • Węglowodany 0 g • Tłuszcze 8 g • Błonnik 0 g

## Dania główne



### Duszona jagnięcina

78 zł

Puree z ziemniaka i chrzanu, warzywa korzeniowe z wędzonym serem owczym i żurawiną

~ Kcal 590 • Białko 40 g • Węglowodany 25 g • Tłuszcze 38 g • Błonnik 5 g



### Polędwica wołowa

97 zł

Kopytka dyniowe, ćwikła z wiśnią, zielona sałatka z vinegrette, sos pieprzowy

~ Kcal 560 • Białko 59 g • Węglowodany 34 g • Tłuszcze 21 g • Błonnik 4 g



### Filet z pstręga

74 zł

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

~ Kcal 304 • Białko 31 g • Węglowodany 21 g • Tłuszcze 9 g • Błonnik 3 g



### Filet z sandacza

82 zł

Palony por w sosie z kwaśnym jabłkiem, mus chrzanowy, chips z topinamburu

~ Kcal 310 • Białko 31 g • Węglowodany 25 g • Tłuszcze 10 g • Błonnik 3 g



### Kopytka dyniowe

48 zł

Kwaśna śmietana, palone masło, warzywa korzeniowe

~ Kcal 460 • Białko 15 g • Węglowodany 41 g • Tłuszcze 28 g • Błonnik 4 g



### Otwarty gołąbek z kapusty

44 zł

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

~ Kcal 260 • Białko 7 g • Węglowodany 40 g • Tłuszcze 10 g • Błonnik 4 g



### Pierogi z grzybami

48 zł

Piana z kiszonej kapusty, wędzony twaróg

~ Kcal 550 • Białko 19 g • Węglowodany 72 g • Tłuszcze 20 g • Błonnik 14 g

## Desery

**Sernik z ricotty** **36 zł**

Kruszonka z malin, karmelizowana figa, coulis ze śliwki

~ Kcal 220 • Białko 6 g • Węglowodany 29 g • Tłuszcze 10 g • Błonnik 6

**Cytrynowy posset** **36 zł**

Konfitura z jesiennych owoców z rozmarynem, beza

~ Kcal 165 • Białko 3 g • Węglowodany 18 g • Tłuszcze 9 g • Błonnik 3

**Lody dnia** **34 zł**

Kruszonka, coulis, owoce sezonowe