

Zupy

1

Zupa dnia

Sezonowe, świeże składniki

29 złWitamina A i Fosfor
2**Zupa rybna na wywarze z ryb i owoców morza**

Warzywa sezonowe, świeże zioła

~ Kcal 378 • Białko 14.8 g • Węglowodany 1.9 g • Tłuszcze 7.1 g • Błonnik 1.2 g

38 zł

Przystawki

potas i selen
1**Ceviche z pstrąga**

Chrzan, rabarbar, jabłko

~ Kcal 184 • Białko 15.7 g • Węglowodany 19.7 g • Tłuszcze 8.6 g • Błonnik 0.8

42 złWitamina B12 i Selen
2**Grzybowy parfait** 🌱

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

~ Kcal 330 • Białko 12.5 g • Węglowodany 37.0 g • Tłuszcze 14.1 g • Błonnik 3.2 g

36 złWitamina C i Potas
3**Tatar z rzodkiewki i rzepy** 🌱

Mango, awokado

~ Kcal 129 • Białko 2.5 g • Węglowodany 8.9 g • Tłuszcze 10.0 g • Błonnik 3.0 g

34 złFoliany i Mangan
4**Ziemniaki z ogniska** 🌱

Jarmuż, sos berneński, maślanka, wędzony ser

~ Kcal 428 • Białko 10.6 g • Węglowodany 24.9 g • Tłuszcze 31.6 g • Błonnik 2.7 g

36 złWitamina E i G
5**Oliwki Kalamata** 🌱

Zielone pesto

~ Kcal 210 • Białko 2.1 g • Węglowodany 5.4 g • Tłuszcze 19.6 g • Błonnik 1.1 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



Sałatka NAMI

32 zł

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

~ Kcal 247 • Białko 9.7 g • Węglowodany 21.4 g • Tłuszcze 15.7 g • Błonnik 10.1 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 25.9 g • Węglowodany 0 g • Tłuszcze 2.8 g • Błonnik 0 g



Grillowana pierś z kurczaka kukurydzianego

+ 16 zł

~ Kcal 142 • Białko 16.7 g • Węglowodany 0 g • Tłuszcze 8.3 g • Błonnik 0 g

Dania główne



Wołowina po burgundzku

72 zł

Młode warzywa, ziemniaki konfitowane

~ Kcal 238 • Białko 35.1 g • Węglowodany 14.9 g • Tłuszcze 5.2 g • Błonnik 2.9 g



Pierś z kaczki

76 zł

Kopytka ziołowe z kaszą gryczaną, botwinka z porzeczką i wiejską śmietaną, demi-glace

~ Kcal 592 • Białko 56.1 g • Węglowodany 33.9 g • Tłuszcze 23.2 g • Błonnik 3.7 g



Filet z pstręga

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 688 • Białko 38.5 g • Węglowodany 31.0 g • Tłuszcze 45.0 g • Błonnik 3.3 g



Kopytka ziołowe z kaszą gryczaną

48 zł

Zielone warzywa, pomidory malinowe i kiszzone, bryndza

~ Kcal 485 • Białko 24.6 g • Węglowodany 54.1 g • Tłuszcze 14.5 g • Błonnik 7.8 g



Otwarty gołąbek z kapusty

44 zł

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

~ Kcal 260 • Białko 6.6 g • Węglowodany 40.1 g • Tłuszcze 9.8 g • Błonnik 4.3 g



Pierogi z grzybami

48 zł

Piana z kiszonej kapusty, wędzony twaróg

~ Kcal 550 • Białko 19.0 g • Węglowodany 72.1 g • Tłuszcze 19.8 g • Błonnik 13.9 g

Desery

**Ciasto czekoladowe z wiśnią** **36 zł**

Krem kawowy, lody wiśniowe

~ Kcal 332 • Białko 9.8 g • Węglowodany 43.7 g • Tłuszcze 15.2 g • Błonnik 2.1

**Tarta mango** **38 zł**

Pianka kokosowa, lody limonkowe

~ Kcal 258 • Białko 3.5 g • Węglowodany 36.6 g • Tłuszcze 11.1 g • Błonnik 0.9

**Lody dnia** **34 zł**

Kruszonka, coulis, owoce sezonowe