



WARZYWNE



RYBNE



MIĘSNE



BEZGLUTENOWE



ŚNIADANIA

ŚNIADANIE TYGODNIA

– zapytaj obsługę/sprawdź na tablicy

OLIWSKIE 🌿

24,00

świeży twaróg, ziota ogrodowe, jajko na miękko, miód, warzywa sezonowe z oliwskiego ryneczku, olej rzepakowy tłoczony na zimno, pieczywo na zakwasie

NA GRUBO

- 2 jaja sadzone, 2 frankfurterki lub 1 biała kietbasa, 2 kawałki boczku, pomidor, żółty ser, pieczywo, masło, musztarda lub ketchup 🍷
- twarożek, pasta jajeczna, cebulka, żółty ser, ogórek, pomidor, sałata, pieczywo, masło 🌿

NAJLEPSZE NA BOCZKU 🍷

22,00

2 jaja sadzone z boczkiem, szczypiorek, sałata, pieczywo, masło

WIOSENNA SZAKSZUKA 🌿🌾

28,00

zielona szakszuka ze szparagami, cukinia, szpinak, ziota, cebula dymka, kietki, ser feta

JAJA Z PATELNI 🌿

18,00

jajecznicza z trzech jaj na maśle, sałata, pieczywo, masło

TOSTY (2 szt)

- avocado, rukola, dwa sadzone jaja 🌿 26,00
- guacamole, sałata, bekon, dwa jaja sadzone 🍷 26,00
- ser, szynka, pomidor, ziota, mix sałat z winegret 🍷 23,00
- tosoś wędzony na zimno, ricotta, 🐟🌾 24,00
sos miodowo - musztardowy, ziarna

FITLANDIA

- owsianka na mleku/wodzie/ lub napoju roślinnym, domowe masło orzechowe, owoce sezonowe, granola, miód, cynamon 19,00
- jaglanka z owocami na mleku/wodzie/ lub napoju roślinnym, domowe masło orzechowe, granola, miód, cynamon 19,00



PANKEJKI

3 pankejki ze szpinakiem, pieczonym burakiem, kozim serem, miodem, posypką z ziaren 🌿 27,00

2 pankejki ze szpinakiem z patelni, tosoziem wędzonym, jajkiem w koszulce, sos miodowo-musztardowy, posypka z ziaren 🐟 27,00

4 pankejki z płynną czekoladą deserową i owocami sezonowymi 🌿 23,00

4 pankejki z owocami sezonowymi z syropem klonowym 🌿 23,00

4 pankejki z domowym masłem orzechowym i owocami sezonowymi z syropem klonowym 🌿 23,00

Jeśli masz alergię na którykolwiek ze składników naszych dań poinformuj obsługę





WARZYWNE



RYBNE



MIĘSNE



BEZGLUTENOWE



MAKARONY

A'LA CARBONARA 31,00

boczek, jajko, sos śmietanowo-serowy, cebula, parmezan

SPAGETTI BOLOGNESE 31,00

mięso mielone, sos pomidorowy, seler, marchewka, cebula

TAGLIATELLE Z WĘDZONYM ŁOSOSIEM 34,00

łosoś wędzony, sos śmietanowo-serowy, czosnek, białe wino, pietruszka

TAGLIATELLE ZE SZPINAKIEM, / SEREM FETA LUB KURCZAKIEM 32,00

ser feta lub grillowany kurczak, szpinak, czosnek, suszone pomidory, parmezan

TAGLIATELLE Z KREWETKAMI 35,00

krewetki, chilli, czosnek, pietruszka



WRAPY

HALLOUMI & FALAFEL 30,00

tortilla, humus, falafel, grillowane halloumi z sosem miodowym, konfitura z czerwonej cebuli, ogórek konserwowy, papryka, pomidor, rukola

BIGCYC 30,00

tortilla, grillowana pierś z kurczaka, mix sałat, pomidor, świeży ogórek, domowy sos mayo

KREWETKA 34,00

tortilla, krewetki smażone na maśle (5 szt.), avocado, mix sałat, pomidor, sos mango-chilli



BURGERY w zestawie z frytkami

JAK SIĘ MASZ 34,00

bułka pszenna, kotlet wołowy 200g, ser cheddar, domowy sos mayo, sałata, pomidor, konfitura z czerwonej cebuli, ogórek konserwowy, boczek

FISHBURGER 34,00

bułka pszenna, kotlet rybny 200g, ser cheddar, domowy sos tatarski, sałata, pomidor, ogórek konserwowy, cebula prażona

KOZIBURAK 34,00

bułka pszenna, kotlet z buraków i kaszy jaglanej, kozi ser, świeże jabłko, konfitura z cebuli, rukola, limonkowe mayo



KIDS MENU

zupa (mata) 8,00

połędwiczki z kurczaka panierowane, młode ziemniaki/frytki, sałatka 15,00

spaghetti pomodoro 15,00

Deser

SPRAWDŹ NASZĄ WITRYNĘ



WARZYWNE



RYBNE



MIĘSNE



BEZGLUTENOWE



MICHA SIĘ CIESZY

PROSTO Z POLA 33,00

wielkopolski power

szparagi, młode ziemniaki, ogórki, rzodkiewka, sałata, pomidory, szczypior, koperek, oliwa

MICHA WIOSENNA 33,00

przebudzenie

młode ziemniaki, groszek cukrowy, jajko, cukinia, szpinak, szparagi, kietki, oliwa

KOZI BURAK Z FALAFELEM 36,00

za zdrowie

ser kozi z pieca, falafel, mix sałat, buraki kiszzone, czerwona cebula, hummus, granat, miód, oliwki z pestką, ziarna, dresing winegret

TRZYMAJĄCA 29,00

moc, która trzyma przez cały ranek

jajko w koszulce, grillowany boczek, fasolka, salsa z pomidorów, avocado, sałaty, szczypiorek, pieczony batat, dresing miodowo-musztardowy

NAPĘDZAJĄCA 29,00

paliwo napędzające do pracy

pieczony batat, komosa ryżowa, szpinak, sałaty, avocado, jajko sadzone, pomidory, limonka, posypka z prażonych ziaren (słonecznik, siemę lniane), dresing winegret

KETO MICHA 34,00

ponad wszystko

potówka avocado, 2 jajka sadzone, salsa pomidorowa, oliwki z pestką, siemie lniane, kolendra, oliwa z oliwek, sałaty, bekon i frankfurterki / lub wędzony tosoś, dresing winegret

DODATKI 5,00

boczek/2 frankfurterki/biała kietbasa/ tosoś wędzony/ 1/2 avocado/batat/szpinak/kasza jaglana/ogórek/pomidor



DANIA GŁÓWNE

ZUPA – zapytaj obsługę 15,00

KOTLET SCHABOWY 34,00

jak u mamy

młode ziemniaki z koperkiem, surówka z młodej kapusty lub mix sałat z winegret

ŻEBERKA BBQ 35,00

jak u taty

młode ziemniaki z koperkiem, mix sałat z pomidorem i ogórkiem

GRILLOWANE POŁĘDWICZKI Z KURCZAKA 30,00

garden party

młode ziemniaki z koperkiem, mizeria lub mix sałat

GNOCCHI 30,00

śródziemnomorski powiew

włoskie kopytka z gulaszem wegetariańskim

KARKÓWKA Z GRILLA 34,00

męska rzecz

młode ziemniaki, sos tzatziki, warzywa grillowane

ŁOSOŚ Z PESTO POMIDOROWYM I OLIWĄ 36,00

kolorowy sptyw

młode ziemniaki z koperkiem, surówka z młodej kapusty lub mix sałat z winegret



KAWIARNIA

AMERICANO (150/250ml)	9,00 / 11,00
ESPRESSO (30ml)	9,00
ESPRESSO DOPPIO (60ml)	11,00
CAPPUCCINO (300ml)	13,00
LATTE (300ml)	12,00
FLAT WHITE (150ml)	12,00
KAWA ZBOŻOWA (300ml)	8,00
KAKAO (300ml)	10,00
CZEKOLADA (150ml)	12,00
CIEPŁE MLEKO (300ml)	2,00
SYROPY DO KAWY	2,00
zapytaj obsługę o sezonowe smaki	



PIJALNIA

SOKI ŚWIEŻO WYCISKANE	16,00
JABŁKO, GREJPFRUT, POMARANCZA, BURAK, MARCHEW LUB BATAT (400ml)	
SHOTY NA ZDROWIE (50ml)	8,00
<ul style="list-style-type: none">• ODPORNOŚCIOWY (IMBIR, CYTRYNA, PIEPRZ KAJEŃSKI)• BETA-KAROTEN (BURAK, IMBIR)• PRZEBUDZENIE (IMBIR, KURKUMA)• WZMACNIAJACY (BATAT, IMBIR)	
LEMONIADY (400ml)	12,00
DOMOWA SEZONOWA	



HERBACIARNIA

HERBATY	9,00
czarna / zielona / owocowa (300ml)	
ROZGRZEWAJĄCE NAPARY (300ml)	16,00
<ul style="list-style-type: none">• CZARNA HERBATA, PIEPRZ CZARNY, SYROP MALINOWY, POMARANCZA, PŁATKI RÓŻY• CZARNA HERBATA, SYROP MALINOWY, POMARANCZA, GOŹDZIKI	
ZDROWE NAPARY (300ml)	14,00
<ul style="list-style-type: none">• JABŁKO, MIĘTA, CYTRYNA, MIÓD• IMBIR, MIĘTA, MIÓD, CYTRYNA• ROZMARYN, ZIELONA HERBATA, GREJPFRUT, CYTRYNA, MIÓD, SYROP MALINOWY• MALINY, MIĘTA, WANILIA, SYROP MALINOWY• MIĘTA, CYTRYNA, ZIELONA HERBATA	
ZIOŁA PANA JACKA (300ml)	11,00
<ul style="list-style-type: none">• KRWAWNIK POSPOLITY "Tysiąclistnik" rozkurczowy, przeciwbakteryjny• CZARNY BEZ „Krzew Czarnego Wieszcza” rozgrzewający, przeciwgórczkowy• DZIURAWIEC ZWYCZAJNY „Wypędzacz Demonów” poprawia trawienie, zwiększa wchłanianie• GŁÓG DWUSZYJKOWY „Babicha” działanie tonizujące na mięsień sercowy• ZIOŁO MIESIĄCA zapytaj obsługę	

Pijalnia %

WINO DOMOWE/PROSECCO

Karafka (500 ml)	30,00
Kieliszek (150 ml)	12,00

PIWA

Piwa kraftowe (0,5 l)	12,00
-----------------------	-------