

ŚNIADANIA NA SŁODKO

SERWUJEMY DO 19:30



nalesniki 20

JAGLANE
MAKA JAGLANA, MAKA ZIEMNIACZANA, MLEKO
KOKOSOWE, JAJKO, OLEJ KOKOSOWY
2 SZTUKI - 266KCAL B 6G W 20G T 13G

KASZTANOWE
MAKA KASZTANOWA, MAKA ZIEMNIACZANA,
MAKA GRYZANA, MLEKO KOKOSOWE, JAJKO,
ODŻYWKA BIAŁKOWA
2 SZTUKI - 161KCAL B 8G W 16G T 7G

+ DWA DODATKI I POLEWA W CENIE

gafry 24

ZWYKŁE
NASIONA CHIA, MLEKO KOKOSOWE,
OLEJ KOKOSOWY, MAKA RYZOWA,
MAKA Z TAPIOKI, ERYTROL,
MAKA ZIEMNIACZANA
1 SZTUKA - 497KCAL B 6G W 66G T 15G

+ ŚWIEŻE OWOCE

+ DWA DODATKI I POLEWA W CENIE

pancakes 22

AMERYKAŃSKIE
JOGURT GRECKI, MAKA RYZOWA, ERYTROL,
OLEJ KOKOSOWY, JAJKO
3 SZTUKI - 280KCAL B 8G W 37G T 12G

BANANOWO - MIGDAŁOWE
BANAN, MLEKO MIGDAŁOWE, MAKA GRYZANA,
SIEMIEŃ LNIANE, SYROP KLONOWY
3 SZTUKI - 306KCAL B 10G W 60G T 3G

+ ŚWIEŻE OWOCE + DWA DODATKI I POLEWA W CENIE + SYROP KLONOWY 1ZŁ

+ dodatki

DO KAŻDEGO ŚNIADANIA DWA DODATKI W CENIE, KAŻDY KOLEJNY +2ZŁ

PRAŻONE JABŁKA Z CYNAMONEM
PORCJA 70G - 40KCAL B 0G W 10G T 0G

TWAROŻEK WANILIOWY
TWARÓG, JOGURT GRECKI, ERYTROL
PORCJA 40G - 52KCAL B 6G W 2G T 3G

POWIDŁA ŚLIWKOWE
PORCJA 40G - 86KCAL B 0G W 22G T 0G

TWAROŻEK KOKOSOWY
RYŻ, OLEJ KOKOSOWY, PASTA KOKOSOWA,
MLEKO KOKOSOWE, WIÓRKI KOKOSOWE, ERYTROL
PORCJA 40G - 178KCAL B 2G W 13G T 14G

KREM CHAŁWOWY
TAHINI, MIÓD
PORCJA 40G - 190KCAL B 5G W 9G T 17G

MASŁO ORZECHOWE
PORCJA 40G - 232KCAL B 10G W 5G T 18G

KREM CZEKOLADOWY
DAKTYLE, KAKAO
PORCJA 40G - 101KCAL B 1G W 32G T 0G

ŚWIEŻE OWOCE
PORCJA 120G - 70KCAL B 0G W 18G T 0G

+ polewy

DO KAŻDEGO ŚNIADANIA POLEWA W CENIE

CZEKOLADOWA NA BAZIE MIODU

OWOCOWA

KARMELOWA

ŚNIADANIA NA SŁONO

SERWUJEMY DO 19:30



gafry 24

AMERYKAŃSKIE
GOFRY ZWYKŁE, 2 JAJKA SADZONE,
BOCZEK, FASOLKA, SYROP KLONOWY
+ 360KCAL B 24G W 19G T 20G

pancakes 24

AMERYKAŃSKIE
3 SZTUKI PANCAKES, 2 JAJKA SADZONE,
BOCZEK, FASOLKA, SYROP KLONOWY
+ 360KCAL B 24G W 19G T 20G

jajecznicza 17

Z JAJEK Z WOLNEGO WYBIEGU

NA MAŚLE
3 JAJKA, 2 TOSTY ŻYTNIE NA ZAKWASIE,
ROSZPONKA, SZCZYPIOREK, POMIDORKI
512KCAL B 26G W 36G T 28G

tasty 13

NA CHLEBIE ŻYTNIM NA ZAKWASIE

SZYŃKA - SER
SZYŃKA PARMEŃSKA, SER ŻÓŁTY BEZ LAKTOZY,
SUSZONY POMIDOR, SZPINAK
277KCAL B 13G W 36G T 8G

JAJKO - BOCZEK
JAJKO, BOCZEK, KARMELIZOWANA CEBULA, ROSZPONKA
355KCAL B 13G W 38G T 18G

SER KOZI Z GRUSZKĄ
SER KOZI, GRUSZKA, CZERWONE PESTO, SZPINAK
284KCAL B 7G W 45G T 7G

HUMMUS Z AWOKADO
HUMMUS, SZPINAK, AWOKADO
265KCAL B 7G W 48G T 7G

+ DODATKI

ZAMIANA CHLEBA NA BEZGLUTENOWY 2
BOCZEK / CHORIZO 2
SER ŻÓŁTY BEZ LAKTOZY / KOZI 2
JAJKO 2
BEZCUKROWY KETCHUP 1

nalesniki na słono 24

MOZARELLA - PESTO - SZPINAK
2 SZTUKI NALESNIKÓW JAGŁANYCH, SER MOZARELLA,
PESTO BAZYLIOWE, SZPINAK, SUSZONY POMIDOR
534KCAL B 26G W 50G T 39G

SZYŃKA - SER - SZPINAK
2 SZTUKI NALESNIKÓW JAGŁANYCH,
SER ŻÓŁTY BEZ LAKTOZY, SZYŃKA PARMEŃSKA,
SZPINAK
502KCAL B 32G W 20G T 33G

JAJKO - BOCZEK
2 SZTUKI NALESNIKÓW JAGŁANYCH, JAJKO,
BOCZEK, SOS POMIDOROWY, ROSZPONKA,
KIEŁKI, POMIDORKI
647KCAL B 26G W 23G T 47G

+ SOS POMIDOROWY
PASSATA POMIDOROWA, PESTO ZIELONE I CZERWONE,
BAZYLIA, PAPRYKA SŁODKA, CZOSNEK
22KCAL B 1G W 6G T 1G

pierogi bezglutenowe 24

* 10 SZTUK W PORCJI

RUSKIE
MAKA ZIEMNIACZANA, MAKA RYZOWA,
SIEMIEŃ LNIANE, TWARÓG, ZIEMNIANKI
505KCAL B 26G W 81G T 6G

KAPUSTA Z GRZYBAMI
MAKA ZIEMNIACZANA, MAKA RYZOWA,
SIEMIEŃ LNIANE, KAPUSTA,
PIECZARKI, CEBULA
380KCAL B 12G W 69G T 7G

Z TRUSKAWKAMI
MAKA ZIEMNIACZANA, MAKA RYZOWA,
SIEMIEŃ LNIANE, TRUSKAWKI
392KCAL B 7G W 71G T 6G

Z BORÓWKAMI
MAKA ZIEMNIACZANA, MAKA RYZOWA,
SIEMIEŃ LNIANE, BORÓWKI
416KCAL B 8G W 79G T 6G

KAWY I NAPOJE



kawa

ESPRESSO 7
DOPPIO 9
AMERICANO 10
CAPPUCCINO 10
FLAT WHITE 10
LATTE 12
DUŻE AMERICANO 12
DUŻA KAWA Z MLEKIEM 12
ICED AMERICANO 12
MROŻONA Z MLEKIEM 12

+ DODATKI

MLEKO ZWYKŁE / BEZ LAKTOZY 1
MLEKO SOJOWE / MIGDAŁOWE / KOKOSOWE 2
DODATKOWE ESPRESSO 3
SYROP KLONOWY 1

czajniczek herbaty 12

HERBATY PUKKA
RÓŻNE RODZAJE

świeża wyciskane soki 15

POMARAŃCZOWY
350ML - 144KCAL B 3G W 32G T 0G
GREJPFROUTOWY
350ML - 113KCAL B 2G W 28G T 0G

kaktajle 15

ZIELONY ANANAS
PIETRUSZKA, ANANAS, SOK JABŁKOWY
350ML - 118KCAL B 0G W 29G T 0G

MANGO-POMARAŃCZA
MLEKO KOKOSOWE, WODA KOKOSOWA,
MANGO, POMARAŃCZA, NASIONA CHIA
350ML - 451KCAL B 7G W 37G T 30G

MALINOWY KICK
MALINY, ŻÓŁTKO, BANAN, ERYTROL,
WODA KOKOSOWA
350ML - 203KCAL B 5G W 36G T 6G

lemoniada 12

ARBUZOWA
SOK Z ARBUZA, SOK POMARAŃCZOWY, ERYTROL
250ML - 84KCAL B 2G W 24G T 0G

MOHITO
CYTRYNA, LIMONKA, MIĘTA, SYROP HERBACIANY
250ML - 8KCAL B 0G W 3G T 0G

POMARAŃCZOWA
CYTRYNA, POMARAŃCZA, MIĘTA, SYROP ERYTROLOWY
250ML - 27KCAL B 0G W 7G T 0G

GLUTEN FREE

SUGAR FREE

LACTOSE FREE

NUTS FREE

EGG FREE

VEGAN

napoje butelkowane

WODA GAZOWANA/NIEGAZOWANA 5
WODA KOKOSOWA 10
FRITZ COLA 10
MATCHBATA 10
SOK JABŁKO-TRUSKAWKA 10
SOK JABŁKO-KURKUMA 10
SOK JABŁKO-GRUSZKA 10
SOK JABŁKO 100% 10
CORONA BEER WITH LIME 350ML 12

KARTA INFORMACYJNA CIAST

SPRAWDŹ, JAKIE MAMY DZISIAJ W WITRYNIE



BOUNTY

MLEKO KOKOSOWE, ŚMIETANKA KOKOSOWA, WIÓRKI KOKOSOWE, OLEJ KOKOSOWY, ERYTROL, GORZKA CZEKOLADA, MAKA MIGDAŁOWA, MAKA KOKOSOWA, SYROP KLONOWY, KAKAO, SIEMIEŃ LNIANE
591KCAL B 86 W 296 T 56G

17

TORT MALINOWY

ŚMIETANKA KOKOSOWA, MALINY, WIÓRKI KOKOSOWE, OLEJ KOKOSOWY, ERYTROL, JAJA, GORZKA CZEKOLADA, MAKA Z TAPIOKI, KAKAO, ŻELATYNA
343KCAL B 110 W 450 T 28G

17

KOPIEC KRETA

ŚMIETANKA KOKOSOWA, BANANY, ERYTROL, GORZKA CZEKOLADA, JAJA, WANILIOWA ODŻYWKĄ BIAŁKOWA, KAKAO, MAKA JAGLANA, MAKA ZIEMNIACZANA
366KCAL B 160 W 380 T 23G

16

JAGIELNIK OWOCOWY

KASZA JAGLANA, MLEKO KOKOSOWE, ŚMIETANKA KOKOSOWA, PASTA KOKOSOWA, OWOCE, ERYTROL, NASIONA CHIA, DAKTYLE, MAKA MIGDAŁOWA, WIÓRKI KOKOSOWE, KAKAO
539KCAL B 130 W 560 T 35G

17

BANOFFEE

ŚMIETANKA KOKOSOWA, BANANY, DAKTYLE, ORZECHY NERKOWICA, WIÓRKI KOKOSOWE, ERYTROL, MASŁO ORZECHOWE
575KCAL B 120 W 550 T 38G

18

SZARLOTKA

JABŁKA, OLEJ KOKOSOWY, SYROP KLONOWY, MAKA MIGDAŁOWA, MAKA JAGLANA, MAKA ARACHIDOWA, CYNAMON, IMBIR, SIEMIEŃ LNIANE
553KCAL B 160 W 690 T 26G

16

TORCIK A'LA MAXI KING

MASCARPONE, ORZECHY LASKOWE, ORZECHY ARACHIDOWE, DAKTYLE, BANANY, MASŁO ORZECHOWE, WANILIOWA ODŻYWKĄ BIAŁKOWA, MLEKO KOKOSOWE, ERYTROL, OLEJ KOKOSOWY, KAKAO
695KCAL B 220 W 410 T 53G

17

CIASTO ORZECHOWE Z MANGO

ŚMIETANKA KOKOSOWA, MANGO, ORZECHY WŁOSKIE, WIÓRKI KOKOSOWE, JAJA, MAKA JAGLANA, ERYTROL, RODZYNKI
382KCAL B 80 W 300 T 31G

17

TORCIK A'LA RAFAELLO

MASCARPONE, WIÓRKI KOKOSOWE, MAKA MIGDAŁOWA, MAKA JAGLANA, JAJA, ERYTROL, WANILIOWA I KOKOSOWA ODŻYWKĄ BIAŁKOWA
558KCAL B 180 W 320 T 48G

18

JAGIELNIK ORZECHOWY

MAKA ARACHIDOWA, DAKTYLE, OLEJ KOKOSOWY, KASZA JAGLANA, MASŁO ORZECHOWE, ŚMIETANKA KOKOSOWA, ERYTROL, MLEKO KOKOSOWE, GORZKA CZEKOLADA, SYROP KLONOWY
451KCAL B 150 W 510 T 23G

18

STRACIATELLA

MAKA MIGDAŁOWA, CZEKOLADA MLECZNA WEGAŃSKA, MASŁO KLAROWANE, MASCARPONE, ŚMIETANKA, ERYTROL, ŻELATYNA
661KCAL B 70 W 390 T 54G

17

MALINOWA CHMURKA

MALINY, MLEKO KOKOSOWE, MASŁO BEZ LAKTOZY, JAJA, ERYTROL, MAKA JAGLANA, MAKA ZIEMNIACZANA, ŻELATYNA
369KCAL B 70 W 390 T 54G

17

TORT TRUSKAWKOWY

TRUSKAWKI, BEZCUKROWY DŻEM TRUSKAWKOWY, MASCARPONE, WIÓRKI KOKOSOWE, MAKA MIGDAŁOWA, MAKA JAGLANA, JAJA, ERYTROL, WANILIOWA I KOKOSOWA ODŻYWKĄ BIAŁKOWA
584KCAL B 180 W 380 T 48G

18

KARPATKA

MLEKO KOKOSOWE, JAJA, MASŁO BEZ LAKTOZY, ERYTROL, ŻELATYNA, MAKA RYZOWA, MAKA ZIEMNIACZANA
507KCAL B 70 W 440 T 43G

17

TORCIK A'LA FERRERO

ŚMIETANKA KOKOSOWA, MAKA JAGLANA, JAJA, ERYTROL, MASŁO ORZECHOWE, KAKAO
438KCAL B 15G W 31G T 36G

TARTA OWOCOWA

ŚMIETANKA KOKOSOWA, ŚWIEŻE OWOCE, TRUSKAWKOWY DŻEM BEZCIUKROWY, WIÓRKI KOKOSOWE,
MAKA MIGDAŁOWA, MAKA SŁONECZNIKOWA, ERYTROL, OLEJ KOKOSOWY, SYROP KLONOWY
503KCAL B 13G W 36G T 37G

SERNIK Z MUSEM MANGO

ŚMIETANKA KOKOSOWA, TWARÓG, MASCARPONE, MANGO, JAJA, ERYTROL, MASŁO KLAROWANE,
MAKA MIGDAŁOWA, MAKA JAGLANA, MAKA RYZOWA, MAKA ZIEMNIACZANA
484KCAL B 19G W 27G T 39G

SERNIK DYNIOWY

TWARÓG, MASCARPONE, JOGURT GRECKI, DYNIA, ERYTROL, JAJA, MAKA RYZOWA, MAKA ZIEMNIACZANA,
CYNAMON, KARDAMON, IMBIR
307KCAL B 21G W 35G T 20G

TORCIK A'LA KINDER COUNTRY

ŚMIETANKA KOKOSOWA, MLEKO KOKOSOWE, DAKTYLE, GRYKA EKSPANDOWANA, ERYTROL, KAKAO,
OLEJ KOKOSOWY, MAKA KOKOSOWA, MAKA RYZOWA
440KCAL B 5G W 32G T 36G

TORCIK A'LA KINDER BUENO

ŚMIETANKA KOKOSOWA, MLEKO KOKOSOWE, MASCARPONE, ORZECHY ŁASKOWE, ERYTROL, JAJA,
OLEJ KOKOSOWY, SYROP KLONOWY, KAKAO, MAKA JAGLANA, MAKA ZIEMNIACZANA
499KCAL B 18G W 35G T 42G

WEGAŃSKIE BROWNIE

BATATY, GORZKA CZEKOLADA, ERYTROL, OLEJ KOKOSOWY, MAKA GRYZANA, MAKA ZIEMNIACZANA,
KAKAO, CYNAMON, SIEMIE LNIANE
470KCAL B 10G W 67G T 27G

TIRAMISU

ŚMIETANKA KOKOSOWA, MLEKO KOKOSOWE, ESPRESSO, JAJA, ERYTROL, OLEJ KOKOSOWY,
MAKA KOKOSOWA, KAKAO, ŻELATYNA
389KCAL B 9G W 32G T 37G

KNOPPERS

ORZECHY ŁASKOWE, MIOD, ODŻYWKA BIAŁKOWA, OLEJ KOKOSOWY, KAKAO, MASCARPONE, ERYTROL
521KCAL B 9G W 24G T 49G

CHLEBEK KAKAOWO - BANANOWY

BANANY, NASIONA CHIA, ERYTROL, KAKAO, MALINY, SYROP KLONOWY, OLEJ KOKOSOWY, CYNAMON,
MLEKO MIGDAŁOWE, MAKA RYZOWA
260KCAL B 6G W 49G T 9G

TARTA CZEKOLADOWO - MIGDAŁOWA

MLEKO KOKOSOWE, WIÓRKI KOKOSOWE, ERYTROL, SYROP KLONOWY, OLEJ KOKOSOWY, KAKAO,
MAKA MIGDAŁOWA, MAKA SŁONECZNIKOWA
555KCAL B 13G W 28G T 51G

TORT CZEKO - WIŚNIA

MAKA JAGLANA, KAKAO, ERYTROL, JAJA, MLEKO KOKOSOWE, WIŚNIE, GORZKA CZEKOLADA,
SYROP KLONOWY, ŻELATYNA
312KCAL B 12G W 38G T 16G

SERNIK SNICKERS

TWARÓG, JOGURT GRECKI, ERYTROL, MASŁO ORZECHOWE, JAJA, MLEKO KOKOSOWE, MASŁO KLAROWANE,
MIOD, MAKA RYZOWA, MAKA ARACHIDOWA
515KCAL B 18G W 47G T 39G

SERNIK OREO

GORZKA CZEKOLADA, MASŁO KLAROWANE, JAJA, MASCARPONE, TWARÓG, ERYTROL,
MAKA JAGLANA, MAKA ZIEMNIACZANA
565KCAL B 20G W 42G T 44G

SERNIK Z BRZOSKWINIAMI

BRZOSKWINIE, JOGURT GRECKI, JAJA, ERYTROL, MASŁO KLAROWANE, MAKA RYZOWA, MAKA MIGDAŁOWA,
MAKA JAGLANA
568KCAL B 12G W 62G T 39G

18

17

16

16

16

17

17

18

15

15

15

17

17

16

17