

משקאות חמים ☕

לבחירה: חלב 3%/חלב דל שומן/סויה

ג'ינג'ר, דבש וכורכום 🌿 שורשים סחוטים של ג'ינג'ר וכורכום עם דבש, לימון וקינמון

קפוצ'ינו

קפוצ'ינו גדול

אספרסו

אספרסו כפול

אמריקנו

תה

במבחר טעמים

קפה שחור

טחון במקום

קקאו הולנדי קטן

מוגש עם קצפת

קפה ארומה

אספרסו, שוקולד, חלב חם, קצפת, קקאו

שוקו חם

שוקולד, חלב חם מוקצף, קקאו

שוקו מרשמלו

שוקולד, חלב חם מוקצף, קקאו, מרשמלו

קפה מוקה

אספרסו, שוקולד, חלב חם מוקצף, קקאו

סחלב

מוגש עם קינמון, קוקוס ואגוזים

צ'אי לאטה

בטעם וניל קינמון

קונפנה

אספרסו, קצפת

אפוגטו

אספרסו בתוספת הגלידה של ארומה

תוספת קצפת: 5 ש"ח

אייסים וגלידה 🍦

אייס ארומה / אייס ארומה דיאט

אייס שוקו

אייס ארומה עם גלידה

אייס עוגיות

אייס לימונענע

קפוצ'ינו קר

אספרסו, חלב קר, קרח

אמריקנו קר

אספרסו כפול, מים, קרח

אייס טבעוני קוקוס ליצי 🌿

מילקשייק קוקוס ליצי

שייק פירות

מיקס פירות טבעיים על בסיס מיץ תפוזים או חלב (על בסיס חלב מומלץ להוסיף סילאן)

גלידת וניל + תוספות

תוספות: פפוצ'י בראוניז / **m&m** / שבבי חלבה וטחניה
* תוספת אחת לגלידה אחת. כל תוספת נוספת במחיר 3 ש"ח
סירופים בטעמים: חזבון / שוקולד

מאפים 🍞

קראסון

שוקולד/חמאה

קראסון שקדים

שוקולד/חמאה

דניש קינמון

דניש וניל ופצפוצי שוקולד

שמרים גבינה

טארט גבינה ותפוחי-עץ

מאפה תמרים/חלבה/פרג

מאפה פילו תפוחי-עץ טבעוני 🌿

אלכחורס

בראוניז

גבינה

עוגת תפוזים-קוקוס

קוקיס

עוגיית שוקולד צ'יפס

רוג'לך

(2 יח' / 1 יח')

עוגיית ביסקוטי

עוגיות שקדים

(3 יח' / 1 יח')

מאפים מלוחים

בורקס פינוקים

מאפה בולגרית/בורקס גבינה

בורקס גבינה

מאפה פילו גבינה

מאפה בולגרית

כריך קראסון סלמון

חביתה עם פטריות, סלמון מעושן, גבינת שמנת, בצל ירוק, רוקט, מלח ופלפל שחור. מוגש עם סלט קטן: ישראלי / ירוק

משקאות קרים 🧊

ג'ינג'ר, דבש וכורכום 🌿

שורשים סחוטים של ג'ינג'ר וכורכום עם דבש, לימון וקינמון. מוגש קר מוגש עם קרח

לימונדה

מיוצר במפעל הבית של ארומה

מים מינרלים

סודה

שתייה קלה

מים בטעמים

בטעם אפרסק, מוגש עם קרח

אייס תה

מוגש עם נענע, לימון וקרח

אייס תה דיאט

בירה

בקבוק

מיצים טריים, טבעיים וסחוטים במקום 🍹

מיץ סלק, תפוח, גזר וסלרי 🌿🌿

מיץ תפוזים 🌿🌿

מיץ גזר 🌿🌿

מיץ תפוזים 🌿🌿

בתוספת ספירולינה

מיץ פירות העונה 🌿

מיץ פירות העונה 🌿🌿

בתוספת ספירולינה

ללא גלוטן 🌿

מוגשים ארוזים ואינם ניתנים לפתיחה ע"י הצוות

החלפת הלחם

בלחמניה ללא גלוטן

ברכישת סלט, כריך או ארוחת בוקר

לחמניה וחמאה

עוגת שיש

קפה ומאפה ☕

קפוצ'ינו/אמריקנו/תה/אספרסו/אספרסו כפול קראסון שוקולד/קראסון חמאה/דניש קינמון/גבינה/דניש וניל ופצפוצי שוקולד/עוגת תפוזים-קוקוס/קוקיס/עוגת שיש ללא גלוטן/מאפה פילו גבינה/מאפה תמרים/חלבה/פרג/בראוניז/מאפה פילו תפוחי-עץ טבעוני 🌿

קפוצ'ינו גדול בתוספת 2 ש"ח

טוסטים

חמד

גבינת חמד 5%, בצל סגול צלוי, ביצה קשה, טפנד זיתים, פלפל שאטה, עגבניות צלויים, מלח ופלפל שחור, מתובל בלימון. מוגש עם סלט קטן: ישראלי / ירוק

מוצרלה

מוצרלה, עגבניות צלויים, בצל סגול צלוי, פסטו ופלפל שחור. מוגש עם סלט קטן: ישראלי / ירוק

עמק

גבינה צהובה, עגבניה וטפנד זיתים. מוגש עם סלט קטן: ישראלי / ירוק

עמק ילדים

מוגש עם מלפפון ועגבניה פרוסים. קינוח לבחירה: גלידה קטנה / שני רוגלך בתוספת 3 ש"ח

כריכים

לבחירה לחם מקמח מלא, לחם דגנים קל או לחם לבן

חביתה

חביתה, גבינת שמנת, עגבניה, מלפפון חמוץ וחסה

חלומי

גבינת חלומי צרובה, גבינת שמנת, עגבניה, מלפפון חמוץ וחסה

טונה

טונה, רוטב ארומה, עגבניה, מלפפון חמוץ ורוקט

סביח

פרוסות תפוח אדמה, חציל קלוי, ביצה קשה, ממרח לפלפ' צ'ומה, מלפפון חמוץ, טחינה ופטרוזיליה

אבוקדו

ממרח אבוקדו, ביצה קשה ועגבניה

חביתת חומוס

חביתת חומוס טבעונית, טחינה, עגבניה, מלפפון חמוץ וחסה

חביתת פריטטה

חביתה עם תפוא"א, ממרח לפלפ' צ'ומה, חומוס, חסה, עגבניה, מלפפון חמוץ

סלמון

סלמון מעושן, גבינת שמנת, חסה, בצל סגול ומיץ לימון

רוסטביף

פרוסות רוסטביף חם, ריבת בצל, כרוב לבן, עגבניה, רוטב חרדל ודובש, מינז, שמן זית, מיץ לימון, מלח ופלפל שחור

חזה עוף

חזה עוף חם, פלפל קלוי, בצל סגול, רוטב איולי, עגבניה ורוקט

כריכים קלאסיים

גבינת חמד

גבינת חמד 5%, ממרח לפלפ' צ'ומה, חסה, עגבניה, זעתר ושמן זית

יווני

גבינה בולגרית 5%, עגבניה, בזיליקום ושמן זית

צהובה

גבינה צהובה, גבינת שמנת, חסה ועגבניה

סלט ביצים

סלט ביצים (מוכן במקום), עגבניה ובצל ירוק

ארוחות בוקר

בוקר ישראלי

שתי ביצים לפי בחירה*, סלט קטן: ישראלי / ירוק, מוגש עם טחינה, לחם / לחמניות ביס, חמאה וזיתים. (*מקושקשת עשויה משלוש ביצים) לבחירה 3 תוספות שמחירן עד 6 ש"ח מהמגוון ללא תוספת תשלום

בוקר טבעוני

חביתת חומוס, סלט קטן: ישראלי / ירוק. מוגש עם טחינה, לחם / לחמניות ביס וזיתים. לבחירה 3 תוספות טבעוניות שמחירן עד 6 ש"ח מהמגוון ללא תוספת תשלום

בוקר כתום

חביתה (2 ביצים) עם בטטה, סלמון מעושן, לחם קלוי בשמן זית, גבינת שמנת ובצל ירוק. מוגש עם סלט קטן: ישראלי / ירוק

שקשוקה

שקשוקה משתי ביצים, רוטב עגבניות ופלפלים, פטרוזיליה, לחם / לחמניות ביס וחמאה. מוגש עם טחינה

ביצי עין על לחם קלוי

שתי ביצי עין מוגשות על לחם קלוי בחמאה עם יוגורט כבשים, עגבניה קצוצה, זעתר, שמן זית, פטרוזיליה, מלח ופלפל שחור. מוגש עם סלט קטן: ישראלי / ירוק

מעדן פירות וגרנולה

יוגורט 0%, פירות העונה וגרנולה (מוגש עם דבש/סילאן)

בוקר בקטנה

מקושקשת מביצה אחת, טחינה, סלט קטן: ישראלי / ירוק. הכל ביחד

**תוספת להחלפת משקה בארוחות בוקר

משקה חם לבחירה מהמגוון או אייס קטן: ארומה / ארומה דיאט / שוקו	ללא תוספת תשלום
מיץ טרי, טבעי ושחוט במקום או אייס גדול: ארומה / ארומה דיאט / שוקו	3
שייק פירות/אייס טבעוני קוקוס ליצי'	7
מילקשייק קוקוס ליצי'	8

תוספות

לכריכים, סלטים, טוסטים וארוחות בוקר * תוספת לחצי כריך ולחמניות ביס בחצי מחיר * תוספות שאינן ניתנות בחצי כריך

ללא תוספת תשלום

- ממרח לימון כבוש
- טחינה
- חמוצים
- זיתים
- קרטונים
- פסטו
- ממרח לפלפ' צ'ומה
- חציל קלוי
- גבינה לבנה רזה 5%
- גבינה בולגרית 5%
- טופו
- * ביצה קשה
- גבינת שמנת
- ג'עלה
- ממרח אבוקדו
- טפנד זיתים
- רגיני חמוס חם
- פלפל קלוי
- אפונה

6 ש"ח

- פטריית צלויים
- גבינת חלומי
- גבינה צהובה
- גבינת חמד 5%
- תפוח אדמה
- חביתת חומוס
- סלט ביצים
- טונה
- לחם וחמאה
- חומוס
- שתי לחמניות ביס עם חמאה

10 ש"ח

- קוביות בטטה (כ־100 גר')
- סלמון מעושן (כ־60 גר')
- חזה עוף (כ־100 גר')
- חביתה
- (שתי ביצים)
- תערובת קינואה

15 ש"ח

- רוסטביף (כ־120 גר')
- סלמון אפוי (כ־100 גר')

לחמניות ביס

חביתה, חלומי, יווני, חמד, סלט ביצים, טונה, אבוקדו, גבינה צהובה, חביתת חומוס

לחמניית קמח מלא עומדת בהמלצות משרד הבריאות לתזונה בריאה יותר

לחמניית ביס קמח מלא נבדקה ועומדת בקריטריונים של אגודה ישראלית לסוכרת לחמניית ביס (40 גרם) מכילה כ- 14.5 גרם פחמימות זמינות

סלט קטן

תוספת ללחמניות ביס, כריכים ומרקים

ירוק ישראלי

רוקט, עגבניות ובצל סגול מתובל בשמן זית

עגבניות, מלפפונים, פטרוזיליה ובצל סגול

סלטים

מוגש עם לחם / לחמניות ביס וחמאה

ירושלמי

עגבניות, מלפפונים, קרטונים, טחינה, ביצה קשה, רג'יני חומוס חם, בצל סגול ופטרוזיליה

ארומה

חסה, עגבניות, מלפפונים, גבינה בולגרית 5%, צנוניות, בצל סגול, זעתר וסומק. מתובל בשמן זית ומוגש עם לימון

טונה

טונה, חסה, תפוח אדמה, תירס, אפונה, ביצה קשה, חציל קלוי, עגבניות, מלפפון חמוץ, בצל ירוק, בצל סגול ופטרוזיליה. מתובל בשמן זית ומוגש עם לימון

עוף

קוביות חזה עוף חם, כרוב לבן, כרוב סגול, בצל סגול, גרז ותפוח אדמה מוקפצים על הפלנציה. חסה, עגבניות, פטרוזיליה, בצל ירוק ורוקט. מתובל ברוטב עם שמן זית ומיץ לימון, מינז ופלפל שחור. מומלץ וינגייט מתייחס לסלט עוף גדול בלבד

חלומי

פרוסות חלומי צרובות, כרוב לבן, פטריות צלויים, פלפל קלוי, בצל סגול, עגבניות צלויים, גרז, חסה, פטרוזיליה ורוקט. מתובל ברוטב עם שמן זית ומיץ לימון ומוגש עם ביצת עין מעל

שוק אפשרות לטבעוני

גבינה בולגרית 5%/טופו, עגבניות, מלפפונים, כרוב לבן, כרוב סגול, ג'עלה (תערובת גרעיני סויה קלויים, חמניה ודלעת), נענע ובזיליקום. מתובל ברוטב עם שמן זית ומיץ לימון

מוגש ללא לחם / לחמניות ביס וחמאה

פסטה

פסטה, גבינת חמד 5% צלויה, טפנד זיתים, בצל סגול צלוי, בצל ירוק, פטריות צלויים, אגוזי מלך, רוקט, עגבניות צלויים, בזיליקום, פלפל שאטה. מתובל ברוטב עם שמן זית ומיץ לימון ובלטמי מצומצם

קינואה

עדשים, קינואה, מאש, כוסמת, חיטה, בטטה, חמוציות, אגוזי מלך, עגבניות, בצל סגול, כוסברה, נענע, בזיליקום, בצל ירוק, טחינה גולמית ושומשום. מתובל בשמן שומשום, מלח, פלפל שחור ומיץ לימון. ניתן להוסיף תוספת טופו / עוף (כ-100 גרם) במחיר 3/10 ש"ח

שורשים וסלמון

אפוי

גרז, סלק, נבטי חמניה, אדממה, שעועית צהובה, בוטנים, כרוב לבן, כרוב סגול, בצל ירוק, בצל סגול, בזיליקום, כוסברה ונענע. מתובל ברוטב סאטה מוגש עם סלמון אפוי

ישראלי

עגבניות, מלפפונים, פטרוזיליה ובצל סגול. מוגש עם טחינה

עגבניות ים

תיכוני

מיקס עגבניות צלויים וטריות, טפנד זיתים, קרטונים, יוגורט כבשים, טחינה גולמית, ביצה קשה, בצל ירוק וסגול, פלפל שאטה. מתובל ברוטב עם שמן זית ומיץ לימון, מלח ופלפל שחור

מרקים

מרקים

מרקים בתוספת לחם וחמאה / לחמניות ביס וחמאה

- ללא אבקת מרק
- ללא חומרים משמרים
- ירקות טריים ורעננים בתוספת תבלינים

לחמים

בלחם קמח מלא ובלחם דגנים קל 100% מסך הקמחים הם מחיטה מלאה

מומלץ וינגייט

טבעוני

אפשרות לטבעוני

פיקנטי

לחם דגנים קל ולחם קמח מלא עומדים בהמלצות משרד הבריאות לתזונה בריאה יותר



לחם דגנים קל ולחם קמח מלא נבדקו ועמדו בקריטריונים של אגודה ישראלית לסוכרת



כל פרוסת לחם דגנים קל (60 גרם) מכילה כ-13.5 גרם פחמימות זמינות
כל פרוסת לחם קמח מלא (60 גרם) מכילה כ-17.5 גרם פחמימות זמינות

ארומה וינגייט

הבחירה של מומחי מכון וינגייט לשמירה על אורח חיים בריא

הקריטריונים לקבלת התו הם:

★ נתון עד 400 מ"ג ל-100 גרם

קטניות עשיר בסיבים תזונתיים

★ מכיל שְׁמָנים טובים במידה ויש שְׁמָנים במנה

הערכים הושגו על פי:

סלטים: ללא תוספת רטבים או לחם כריכים: על בסיס לחם דגנים קל

מוצריהם הינם מוצרי מזון ואינם תרופה ולכן אין ליחס להם תכונות רפואיות. הנתונים והמידע המופיעים כאן אינם מהליפים ייעוץ רפואי או דיאטטי