

## Dienas Spa ēdienkarte Day Spa Package menu

### UZKODA / STARTER

**Laša konfits fenheļa garozā, avokado, biešu krēms, Parmezāna siera putas**  
Salmon confit in fennel crust, avocado, beetroot cream  
Parmesan cheese froth  
Конфи филе лосося скорочкой из семян фенхеля, авокадо, свекольный крем, пенка из пармезана  
(L, F, U) 6.50 EUR

**Pastinaka krēmzupa - pastinaka čipsi, savvaļas sēnes, olīveļļa**  
Parsnip cream soup - parsnip chips, wild mushrooms, olive oil  
Крем суп из пастернака - чипсы из пастернака, лесные грибы, оливковое масло  
(F, L, S) 6.00 EUR

### PAMATĒDIENS / MAIN COURSE

**Tempura mīklā ceptas garneles, spināti, mango-ananāsa un koriandra salsā, zaļumu eļļa** vai  
Tempura prawns, spinach, mango-pineapple coriander salsa, herb oil or  
Креветки в темпуре, шпинат, манго-ананасовая сальса с кориандром, масло из зелени или  
Kjavu sīrupā glazētas jēra ribas ar krēmīgo kartupeļu gratēnu un tvaicētiem dārzeņiem  
Maple syrup glazed lamb racks, creamy potato gratin, steamed vegetables  
Бараньи ребрышки глазированные в кленовом сиропе, картофельный гратен и овощи на пару  
(G, S, U, E) 13.50 EUR (L) 12.00 EUR

### DESERTI / DESSERT

**Rīsu apelsīnu kūka, ogu gēls** vai  
Rice orange cake, berries' gel or  
Апельсиново-рисовый торт, гель из ягод или  
(L, E) 5.75EUR 4.50 EUR

Divi ēdieni / Two course meal 15.00 EUR

Trīs ēdieni / Three course meal 18.00 EUR

## Fitnessa kokteiļi Fitness Shakes

**KOKTEILIS ENERĢIJAI**  
Ieteicams lietot 20-30 minūtes pirms treniņa.  
Sastāvs: Svaigi spiesta apelsīnu sula, laima sula, ananass, banāns, Guarana  
ENERGISING SHAKE  
Recommended 20-30 minutes prior to training.  
Ingredients: Freshly squeezed orange juice, lime juice, fresh pineapple, banana, Guarana  
5.50 EUR

**KOKTEILIS SPĒKAM**  
Sastāvs: Svaigi spiesta apelsīnu sula, laima sula, ananass, piparmētru lapas, Amino Boost.  
RESTORATIVE SHAKE  
Ingredients: Freshly squeezed orange juice, lime juice, fresh pineapple, mint sprigs, Amino Boost  
5.50 EUR

**KOKTEILIS TĀUKU DEDZINĀŠANAI**  
Ieteicams lietot 20-30 minūtes pirms treniņa.  
Sastāvs: Svaigi spiesta greipfrūtu sula, ābolu sula, melone, L'Carnitin  
FAT BURNING SHAKE  
Recommended 20-30 minutes prior to training.  
Ingredients: Freshly squeezed grapefruit and apple juice, fresh melon, L'Carnitin  
5.50 EUR

**PROTEĪNA KOKTEILIS**  
Sastāvs: Svaigi spiesta sula (Apelsīnu, Ābolu vai Greipfrūtu) un Pro-5  
PROTEIN SHAKE  
Ingredients: Freshly squeezed juice (Orange, Apple or Grapefruit) and Pro-5  
5.50 EUR

**MINERĀLVITAMĪNU KOKTEILIS**  
Sastāvs: Svaigi spiesta greipfrūtu sula un melone.  
MINERAL-VITAMIN SHAKE  
Ingredients: Freshly squeezed grapefruit juice and fresh melon, Fit active cranberries  
5.50 EUR

**Proteīna batoniņš**  
Quest Protein bar 3.50 EUR

## Dzērieni Drinks

**BEZALKOHOLISKIE DZĒRIENI / NON-ALCOHOLIC DRINKS**  
Ūdens / Water S. Pellegrino /Aqua Panna 0.25cl 2.70 EUR  
Fanta / Sprite / Coca - Cola / Coca - Cola light 2.70 EUR  
Lime Breeze 6.50 EUR  
Saldējuma kokteilis (ar apelsīnu vai ananāsu sulu)  
Ice-cream Shake (mixed with orange or pineapple juice) 5.00 EUR  
Svaigi spiestas sulas (Apelsīnu, Greipfrūtu, Ābolu, Burkānu)  
Freshly squeezed juices (Orange, Grapefruit, Apple, Carrot) 4.50 EUR  
Attīrošais svaigu sulu kokteilis "Detox"  
Fresh juice cocktail "Detox" 4.50 EUR  
Kokteilis "Augļu paradīze"  
Cocktail "Fruit Paradise" 4.50 EUR  
Svaigu sulu kokteilis "Atspirdzinošs"  
Fresh juice cocktail "Refreshing" 4.50 EUR

**KARSTIE DZĒRIENI / HOT BEVERAGES**  
Kafija/ Espresso  
Coffee/ Espresso 2.70 EUR  
Kapučīno/ Kafija Late  
Cappuccino/ Caffe Late 3.50 EUR  
Tēja pēc Jūsu izvēles (Tea Forte)  
Pot of Tea "Tea Forte" of Your Choice (Organic) 3.50 EUR

**ALKOHOLISKIE KOKTEIĻI / ALCOHOL COCKTAILS**  
Mimosa 5.80 EUR  
Strawberry Daiquiri 7.00 EUR  
Mojito Classic 8.50 EUR

**ŠAMPANIETIS / CHAMPAGNE**  
Taittinger Brut Reserve 75cl 80.00 EUR  
Taittinger Brut Reserve 37.5cl 42.00 EUR  
Taittinger Brut Reserve 15cl 18.00 EUR

**VĪNS / WINE**  
Baltvīns / White Wine 15cl 5.00 EUR  
Conti Formentini Pinot Grigio, Italy 75cl 25.00 EUR  
Mājas vīns / House Wine 15cl 4.50 EUR  
75cl 20.00 EUR  
Sarkanvīns/ Red Wine 15cl 9.25 EUR  
Marchesi Mazzei Fonterutoli, DOCG, Chianti Classico, Italy 75cl 46.25 EUR  
Mājas vīns / House Wine 15cl 4.50 EUR  
75cl 20.00 EUR  
Sārtvīns/ Rose Wine 15cl 7.70 EUR  
E. Guigal Tavel Rose, Rhone, France 75cl 38.50 EUR

Terra Serena Prosecco 20cl 9.00 EUR  
Rīgas Šampanietis Brut 75cl 20.00 EUR