

Dienas Spa ēdienkarte Day Spa Package menu

POKE

Lasis, avokado, edamame, jūraszāle, sarkanais kāposts, redīsi, gurķis, ponzu goma
Salmon, avocado, edamame, wakame, red cabbage, radish, cucumber, ponzu goma

8.50 EUR

Tuncis, avokado, edamame, jūraszāle, sarkanais kāposts, redīsi, gurķis, ponzu goma
Tuna, avocado, edamame, wakame, red cabbage, radish, cucumber, ponzu goma

9.00 EUR

Pikants lasis, avokado, edamame, jūraszāle, sarkanais kāposts, redīsi, gurķis, terijaki-čili majonēze
Spicy salmon, avocado, edamame, wakame, red cabbage, radish, cucumber, teriyaki-chili mayo

8.50 EUR

Pikants tuncis, avokado, edamame, jūraszāle, sarkanais kāposts, redīsi, gurķis, kimči-čili mērce
Spicy tuna, avocado, edamame, wakame, red cabbage, radish, cucumber, kimchi-chili dressing

9.00 EUR

Vistas Tsukune, avokado, edamame, jūraszāle, sarkanais kāposts, redīsi, gurķis, čili majonēze
Chicken Tsukune, avocado, edamame, wakame, red cabbage, radish, cucumber, teriyaki glaze, chili mayo

6.50 EUR

Abura age tofu, avokado, edamame, jūraszāles, sarkanais kāposts, redīsi, gurķis, ponzu-miso mērce
Abura age tofu, avocado, edamame, wakame, red cabbage, radish, cucumber, ponzu-miso dressing

6.00 EUR

Tīģergarneles, avokado, edamame, mango, sarkanais kāposts, redīsi, gurķis, Korejiešu BBQ majonēze
Tiger shrimps, avocado, edamame, mango, red cabbage, radish, cucumber, Korean BBQ mayo

10.00 EUR

Lielopa tatakī, avokado, edamame, jūraszāle, sarkanais kāposts, redīsi, gurķis, dragon majonēze
Beef tatakī, avocado, edamame, wakame, red cabbage, radish, cucumber, dragon mayo

12.00 EUR

Izvēlies savu POKE ar suši rīsiem, kvinoju vai griķu nūdelēm
Choose your POKE with sushi rice, quinoa or soba noodles

ZUPA UN SALĀTI / SOUP AND SALADS

Vienmēr svaigākā dienas zupa
We always have the freshest soup of the day

Dienas salāti
Salad of the day

4.90 EUR

6.00 EUR

DESERTI / DESERTS

Zaļās tējas braunijs, kokosriekstu sorberts
Green tea brownie, coconut sorbert

6.50 EUR

Mille Feuille, mango, kivi, zemenes
Mille Feuille, fresh mango, kiwi and strawberries

6.00 EUR

* Par ēdiena sastāvā esošajiem alergēniem, lūdzu, jautāties viesmīlim.
* Please ask your waiter if you require any information regarding food allergens.

Fitnessa kokteiļi Fitness Shakes

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

5.50 EUR

KOKTEILIS TAUKU DEDZINĀŠANAI
Ieteicams lietot 20-30 minūtes pirms treniņa
Sastāvs: Svaigi spiesta greipfrūtu sula, ābolu sula, ananass, L'Carnitin
FAT BURNING SHAKE
Recommended 20-30 min prior to training
Ingredients: Freshly squeezed grapefruit and apple juice, fresh pineapple, L'Carnitin

5.50 EUR

PROTEĪNA KOKTEILIS
Sastāvs: Auzu dzēriens vai Piens un Pro-5
PROTEIN SHAKE
Ingredients: Oat milk or milk and Pro-5

5.50 EUR

Smūtiji Smoothies

MANGO – APELSĪNU SMŪTIJS
Sastāvs: Mango, svaigi spiesta apelsīnu sula, banāns
MANGO – ORANGE SMOOTHIE
Ingredients: Mango, fresh orange juice, banana

7.50 EUR

OGU SMŪTIJS
Sastāvs: Avenes, zemenes, jogurts bez laktozes, medus
BERRY SMOOTHIE
Ingredients: Raspberries, strawberries, lactose free yoghurt, honey

6.00 EUR

SPINĀTU – ČIA SĒKLU SMŪTIJS
Sastāvs: Auzu dzēriens, jogurts bez laktozes, svaigie spināti, banāns, mango, čia sēklas
SPINACH – CHIA SEED SMOOTHIE
Oat milk, lactose free yoghurt, spinach, banana, mango, chia seeds

6.00 EUR

SALDĒJUMA KOKTEILIS
Sastāvs: Plombīra saldējums, banāns, persiku sula
ICE CREAM SHAKE
Ingredients: Ice cream, banana, peach juice

5.00 EUR

Dzērieni Drinks

BEZALKOHOLISKIE DZĒRIENI / NON ALCOHOLIC DRINKS

Ūdens / Water
S. Pellegrino / Aqua Panna 0.25cl 2.70 EUR
S. Pellegrino / Aqua Panna 0.75cl 6.60 EUR

ATSPIRDZINOŠIE DZĒRIENI / SOFT DRINKS

Fentimans rožu limonāde / Fentimans rose lemonade 4.50 EUR
Gardu Muti rabarberu zelteris / Gardu Muti rhubarb drink 4.50 EUR
Coca-Cola vai /or Coca Cola Zero 2.70 EUR

KARSTIE DZĒRIENI / HOT BEVERAGES

Espresso 3.00 EUR
Melna kafija / Black coffee 3.00 EUR
Cappuccino 3.80 EUR
Caffe Latte 3.80 EUR
Tējas (Tea Forte) / Tea (Tea Forte) 4.00 EUR

ALKOHOLISKIE KOKTEIĻI / ALCOHOLIC COCKTAILS

MOJITO
Rums, piparmētras, svaigs laims, cukurniedre, gāzēts ūdens
Rum, mint, fresh lime, sugarcane, sparkling water 11.00 EUR

APEROL SPRITZ
Aperol Bitter, svaigi spiesta apelsīnu sula, Prosecco, gāzēts ūdens
Aperol Bitter, freshly squeezed orange juice, Prosecco, sparkling water 9.50 EUR

RASPBERRY GIN SOUR
Džins "Bombay Sapphire", avenes, citrona sula
Gin "Bombay Sapphire", raspberries, lemon juice 9.00 EUR

ŠAMPANIETIS / CHAMPAGNE
Taittinger Brut Reserve 75cl 98.00 EUR
Taittinger Brut Reserve 37.5cl 52.00 EUR

DZIRKSTOŠIE VĪNI / SPARKLING WINE
Montelliana Prosecco Extra Dry, Italy 20cl 9.00 EUR
Val d'Oca ORO Prosecco Treviso Brut, Italy 75cl - 34.00 EUR; 15cl - 7.00 EUR

VĪNS / WINE

Batvīns / White Wine
Bolla Pinot Grigio delle Venezie IGT, Italy 75cl - 33.00 EUR; 15cl - 6.60 EUR
Mājas vīns / House wine 75cl - 27.50 EUR; 15cl - 5.90 EUR
Sarkanvīns / Red wine
Ruffino Chianti DOCG, Tuscany, Italy 75cl - 33.00 EUR; 15cl - 6.60 EUR
Mājas vīns / House wine 75cl - 27.50 EUR; 15cl - 5.90 EUR