

БАР ПОД МОСТЪ

...където творческите енергии на четирите елемента се срещат и активират някои от основните си функции.

ЗЕМЯ

Храните, отговарящи на земния елемент свързват човешкото тяло с неговия дом – земята. Така, ако понякога мислите на човек го отдалечават от земната реалност, храните със земна енергия го заземяват.

ВЪЗДУХ

Това е елементът, който спомага за одухотворяването на човешкия живот. Така например, ако човекът е прекалено материален за него е чудесно да консумира храни с въздушен елемент, за да може това да спомогне за разширяването на представите му и чрез храната животът му да се одухотвори.

ВОДА

Водата е и една от основните физически субстанции в тялото, което я прави особено значима за човешкия живот. Тя предава мекоота в характера и приемственост на другите души. Водата носи спокойствие в човека.

ОГЪН

Огненият елемент енергизира тялото и помага на човек да излиза от депресивни и подтиснати състояния, като го зарежда и вдъхновява.



...както при храните, така и при напитките действат същите принципи на природата и могат да бъдат включени плодове и зеленчуци, отговарящи на четирите елемента, като към тях може да бъде добавен и алкохол, който носи енергията на елемента огън. Водата също може да е основен елемент на безалкохолни или алкохолни коктейли. Дъвченето, завихря енергиите и в напитките и те имат повече активна енергия след това, която може да бъде усвоена от тялото.

ИНФУЗИРАНА ВОДА Чаша 400 мл

КАНГЕН - алкална, йонизирана вода.

Мощен антиоксидант, подобрява обмяната на веществата, пречиства организма и снабдява клетките с хранителни вещества.

Детоксикираща Вода 2.90 лв

/ лимон, джинджирил /

Освежаваща Вода 2.90 лв

/ краставица, мента /

Енергизираща Вода 2.90 лв

/ портокал, лимон /



ЛИМОНАДИ Чаша 500 мл

Цвят от Бъз 6.90 лв

/ сироп от цвят от бъз, лайм, сода /

Лимонада 6.90 лв

/ прясно изцеден лимон, мед, сода /

Оранжада 6.90 лв

/ прясно изцеден портокал, мед, сода /

OSHEE НАПИТКИ

Изотоници 750 мл

Pure Zero 5.69 лв

Плодов микс Zero 5.69 лв

Лайм и мента 5.69 лв



ПРЯСНО ИЗЦЕДЕНИ СОКОВЕ Чаша 250 мл

Един Елемент 5.90 лв

/ портокал, грейпфрут, лимон, ябълка, морков, ананас, диня, сезонен плод /

Огън и Въздух 5.90 лв

/ морков, джинджирил, ябълка /

Въздух, Земя и Огън 5.90 лв

/ банан, ягода, ананас /

Земя, Въздух, Огън и Вода 5.90 лв

/ боровинка, ябълка, портокал, мед /



СТУДЕНИ КАФЕТА Чаша 300 мл

Черно Фрапе 4.50 лв

/ инстантно кафе, захар /

Бяло Фрапе 4.50 лв

/ инстантно кафе, мляко, захар /

Вода с Витамини 555 мл

Селен, Цинк, вит А -Роза 5.69 лв

с витамини и Минерали 5.69 лв

с витамини HERBAL 5.69 лв

СВЕТЪТ НА ЧАЯ

~ЧАЙ ЗА ЗДРАВЕТО НА ПЪЛОТО И ДУШАТА~

ЧОУА - Органичен билков чай от водорасли и билки, с освежаващ аромат и вкус на морския бриз от Атлантическия бряг на Ирландия. Спомага храносмилането и действа успокояващо на стомаха. С детоксикиращ ефект, без кофеин, въглехидрати и калории, спомага за по-добри резултати при нискокалорични хранителни режими.

Лайка 3.40лв Мента 3.40лв Див Копър 3.40 лв

За ПЪЛОТО...

Бронхо 2.90 лв
/ корен медицинска ружа, сладък корен, стрък мащерка, риганм лист салвия, евкалипт, цвят бъз / оказва благоприятно въздействие върху дихателните пътища и белия дроб /

Имуно 2.90 лв
/ корен жен-шен, цикория, сладък корен, кора канела, котешки нокът, стрък ехинацея, лист папая, лимонова трева, цвят бъз / спомага за увеличаване на имунитета и антиоксидантната защита на организма /

Релакс 2.90 лв
/ лист градинска мента, лимонова трева, цвят липа, роза, лайка, лимонова кора / спомага за премахването на нервното напрежение и свързаните с него повишена нервност, стрес, раздразнителност, безсъние, депресия и подтиснато настроение /

Гинко 2.90 лв
/ лист гинко билоба, мента, стевия, зелен чай / подобрява кръвообращението, стимулира способността за концентрация и запаметяване, п

...и За ДУШАТА

Билков Чай ЧАКРА Муладхара 3.20 лв
МУЛАДАХАРА: Аз съм
Коренна чакра: В основата на гръбнака
Цвят: Червен
Елемент: Земя
Мантра: Лам



Билки за баланс: корени от сладник и джинджифил, хибискус, червена роза, ягода

Билков Чай ЧАКРА Свадхищана 3.20 лв
СВАДХИЩАНА: Аз
чувствам
Сакрална чакра: На 2-3 пръста под пъпа
Цвят: Оранжев
Елемент: Вода
Мантра: Вам



Билки за баланс: коприва, хвоц, турта, невен, сладник, куркума, портокалови кори

Билков Чай ЧАКРА Манипура 3.20 лв
МАНИПУРА: Аз действам
Слънчева чакра: Слънчев сплит
Цвят: Жълт
Елемент: Огън
Мантра: Рам,



Билки за баланс: мента, мащерка, жълт кантарион, лайка, еньовче, куркума, коприва лимон, стевия

Билков Чай ЧАКРА Анахата 3.20 лв
АНАХАТА: Аз обичам
Сърдечна чакра: В центъра на гръдния кош
Цвят: Зелен
Елемент: Въздух
Мантра: Ям



Билки за баланс: плодове и цветове от глог, мента, маточина, зелен чай, мащерка, риган, мента

КАФЕ И ДРУГИ ТОПЛИ НАПИТКИ

Еспресо 2.90 лв
Двойно Еспресо 4.90 лв
Безкофеиново Еспресо 2.90 лв
Капучино 4.90 лв
Лате Макиато 5.50 лв
/по избор с прясно или соево/ядково мляко/



Инстантно Кафе 2.90 лв
Мляко с Инстантно Кафе 4.90 лв
Мляко с Какао 4.90 лв
Горещ Шоколад 5.50 лв
„Ераклеа“



...Едно меню вдъхновено от Алхимията на Храната
Цитати: „Алхимично Хранене“ Джорджия Николова



Минерална Вода	330 / 750 мл	2,50 / 5,00 лв
Безалкохолни Газирани Напитки	330 мл	3,90 лв
/ кока-кола, спрайт, фанта портокал, фанта лимон, тоник /		
Швепс Сода	500 мл	3,90 лв
Ред Бул	250 мл	5,90 лв
Натурален Сок	200 мл	3,90 лв
/ портокал, кайсия, праскова, ябълка, ананас, вишна, касис /		



АЛКОХОЛНИ КОКТЕЙЛИ

Аперол Шприц **11.90 лв**
/ аперол, пенливо вино, сода, резен портокал /

Морски Бриз **11.90 лв**
/ водка, сок от червена боровинка, прясно изцеден сок от грейпфрут, лайм /

Класическо / Плодово Мохито **11.90 лв**
/ плод по избор, прясна мента, ром, лайм, кафява захар, сода /

Кайпирия **11.90 лв**
/ кашаса ром, лайм, кафява захар

Изгрев в Поморие **11.90 лв**
/ текила, прясно изцеден портокалов сок, гренадин /

Коктейл на Деня **10.90 лв**
/ моля попитайте Вашият барман /

Кокосова Колада **11.90 лв**
/ бял ром, кокосово мляко, прясно изцеден сок от ананас /

Джин Лейди **11.90 лв**
/ джин, пресен грейпфрут, розмарин, тоник /



БИРА

Наливна Бира Карлсберг
250мл / 500 мл
3,30 лв / 4,90 лв

ВИНО 250 мл

Би Фриз, **16,90лв**
Пенливо Бяло Вино , Кодорню Испания
Би Фриз, **16,90лв**
Пенливо Розе , Кодорню Испания
Пино Гриджо, **14,90лв**
Колавини, Италия

АПЕРАТИВИ

Узо Пломари 50мл **4,90 лв**
Кампари 50мл **6,90 лв**

ДЖИН

Гордънс 50мл **6,90 лв**
Бомбай Сапфир 50мл **7,90 лв**

ЛИКЬОРИ

Бейлис 50мл **8,50 лв**
Йегермайстер 50мл **6,90 лв**

УИСКИ

СКОЧ

Джони Уокър 50мл **6,90 лв**
Червен Етикет
Джони Уокър 50мл **8,90 лв**
Черен Етикет

ИРЛАНДСКО

Гленфидих 12 г 50мл **8,90 лв**
Чивас Регал 12 г. 50мл **8,90 лв**

ВОДКА

Абсолют 50мл **6,90 лв**
Грей Гус 50мл **14,90 лв**

РОМ

Бакарди 50мл **4,50 лв**

БРЕНДИ И КОНЯК

Черноморско Злато 33 XO 50мл **14,90 лв**
Хенеси VS 50мл **10,90лв**

Джеймисън 50мл **6,90 лв**

БЪРБЪН

Джак Даниелс 50мл **8,90 лв**
Мейкърс Марк 50мл **11,90 лв**



Нашият Главен Готвач препоръчва



МЕНЮ ХРАНА

ЗАКУСКА

Безглутенова Енергийна Закуска

/ безглутенови палачинки, пресни плодове, крем агава или кленов сироп /



220 гр 11.90 лв

Четири Стихии (1,3,7,8)

Земя: хляб, овесени ядки

Въздух: кисело мляко, фурми

Вода: масло, мед, кленов сироп

Огън: кафе с канела, фреш грейпфрут

340 гр 24.90 лв

САЛАТИ

Цезар Салата (1,2,3,4,5,6,11)

/ по Ваш избор: хрупкави бейби калмари или пилешко филе, аншоа сос, бекон, чеснови крутони, люспест пармезан /

350 гр 13.90 лв / 11.90 лв

Градински Домати (1,3,8,9)

/ крем от патладжан, маринован печен пипер, крокмач, чипс от магданоз, багета с пикантен пушен зехтин /

400 гр 11.90 лв

Папарделе от Свежа Краставица с Крем Фреш (1,8,9,14)

/ маринован печен пипер с узо, свежи репички, пръст от маслини и орехи /

320 гр 11.90 лв

Здравословна Салата с Кълнове (1,3,8,9,10,11)

/ микс зелени салати, кълнове, авокадо, кедрови ядки, лимец, медена горчица, винегрет /

280 гр 11.90 лв

САНДВИЧИ И БУРГЕРИ

Веган Бургер (1,3,7,8,9,10,11,12)

/ веган бургер, домати, зелена салата, карамелизиран лук, барбекю сос, криспи картофи /

320 гр 15.90 лв

Трио Бургери (1,2,3,7,8,9,11)

/ пилешко крехко филе, телешко кюфте, свинско кюфте, бекон, чедър, домати, зелена салата, карамелизиран лук, барбекю сос, млечен сос, криспи картофи /

320 гр 16.90 лв

Телешки Бургер (1,3,7,8,9,10,11,12)

/ сочно телешко кюфте, домати, бекон, карамелизиран лук, чедър, маруля, барбекю сос, криспи картофи /

320 гр 17.90 лв

Пилешки Рап (1,2,3,7,8,9,10,11,12)

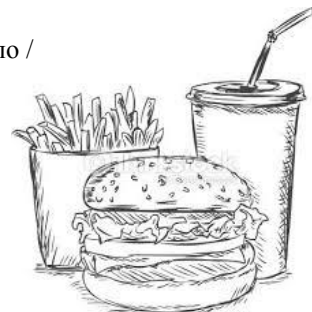
/ крехко пилешко филе, авокадо, гриловано халуми, домати, зелена салата, масло, медена горчица /

320 гр 14.90 лв

Клуб Сандвич (1,2,3,7,8,9,10,11,12)

/ крехко пилешко филе, бекон, сос Цезар, зелена салата, пържено яйце, кашкавал, масло /

320 гр 14.90 лв



Нашият Главен Готвач препоръчва



ПИЦА



Маргарита (1,3)

/ доматиена паста, моцарела, босилек /
380 гр 11.30 лв

Прошутто е Фунги (1,3,7,11)

/ доматиена паста, моцарела, прошутто „кото“,
гъби /
420 гр 12.60 лв

Прошутто Крудо (1,3,7)

/ доматиена паста, моцарела, прошутто крудо,
рукола, пармезан /
420 гр 12.90 лв

Пеперони (1,3,7,8,9,10,11)

/ доматиена паста, моцарела, калабро /
420 гр 13.90 лв

Поркета (1,3,7)

/ доматиена паста, моцарела, поркета, бекон /
420 гр 13.80 лв

Гранд (1,3,7,8,9,10)

/ сметана, моцарела, калабро, червен лук,
червена чушка /
420 гр 14.80 лв

Формаджи (1,3,7)

/ сметана, моцарела, топено -пушено сирене,
синьо сирене, пармезан /
420 гр 13.80 лв



СНАКОВЕ

Зеленчукови Пръчици

/ морков, краставица, пашърнак, лимон /
120 гр 4.90 лв

Домашен Чипс (1)

/ домашно пържени картофи /
150 гр 6.30 лв

Пролетни Ролца (1,2,7,8,9,10,11,12)

/ оризови кори пълнени със зеленчуци /
150 гр 9.90 лв

Домашен Чипс със Сирене (1,3)

/ домашно пържени картофи със сирене /
200 гр 6.90 лв

ДЕСЕРТИ

Сезонни Плодове

/ селекция от нарязани
пресни плодове /
300 гр 9.90 лв



Селекция от Домашно Приготвен Сладолед (1,2,3,8,9)

150 гр 9.90 лв

Енергиен Бар (8,9)

/ сезонни плодове, ядки,
фурми, кокосово масло,
какао /
150 гр 9.90 лв



Уважаеми Гости,

В изброените в нашето меню ястия има съдържание на вещества и продукти, прчиняващи алергии и непоносимот. Моля информирайте Вашия сервитьор при настаняване ако имате алергии или непоносимост към определен тип храни.

14 – те Алергена

1. Глутен – зърнени култури
2. Яйца и продукти от тях
3. Лактоза – мляко и млечни продукти
4. Рибa и рибни продукти
5. Ракообразни и продукти от тях
6. Мекотели и продукти от тях
7. Соя и соеви бродукти
8. Ядки и продукти от тях
9. Фъстъци и продукти от тях
10. Целина и продукти от нея
11. Синап и синапено семе (горчица)
12. Сусамово семе и продукти от тях
13. Лупина и продукти от нея
14. Серен диоксид и сулфити



НАЗДРАВЕ И ДОБЪР АПЕТИТ!



Нашият Главен Готвач препоръчва