



Scan the code & leave a review
Zeskanuj kod i zostaw opinię

Ceny podane są w PLN i zawierają VAT. Do rachunku zostanie doliczony serwis w wysokości 12.5%. Poinformuj nas jeśli masz specjalne wymagania dietetyczne lub nietolerancje pokarmowe.

Prices are in Polish Złoty, include tax and subject to 12.5% service charge.
Please let us know if you have any special dietary requirements or food intolerances.

Power Bowle

Matcha Strawberry Collagen

Ceremonialna matcha, banan, zielone jabłko Lobo, kawatki kokosa, świeża truskawka, siemię lniane, kolagen

Energia 330 kcal | Proteiny 15g | Tłuszcz 10g | Węglowodany 36g | Cukier 20g

Chocolate Protein

Izolat białka, banan, organiczne masło orzechowe, nasiona konopi, daktyle, mleko migdałowe, domowa granola

Energia 390 kcal | Proteiny 28g | Tłuszcz 14g | Węglowodany 40g | Cukier 18g

Wellness Smoothies 350ml

Matcha Collagen

Ceremonialna matcha, kolagen, miąższ kokosa, awokado, szpinak, syrop z agawy, himalajska czarna sól

Energia 230 kcal | Proteiny 14g | Tłuszcz 8g | Węglowodany 25g | Cukier 15g

Protein & Collagen Recovery

Kolagen, proszek białka serwatkowego, mleko migdałowe, borówki, banan, laska wanilii

Energia 280 kcal | Proteiny 24g | Tłuszcz 7g | Węglowodany 32g | Cukier 18g

Berry Antioxidant Shield ^{VG}

Organiczny proszek z guarany, mleko sojowe, dzikie jagody, organiczne masło orzechowe, świeża limonka, płatki owsiane

Energia 240 kcal | Proteiny 12g | Tłuszcz 9g | Węglowodany 33g | Cukier 16g

Ashwagandha Mind Relaxer

Ashwagandha, mleko migdałowe, ziarna kakao, masło migdałowe, banan, pyłek pszczele, laska wanilii, jodowana sól wielicka

Energia 210 kcal | Proteiny 11g | Tłuszcz 7g | Węglowodany 26g | Cukier 14g

Beetroot & Berry Power Fuel ^{VG}

Organiczne liofilizowane buraki, maliny, truskawki, banany, siemię lniane, syrop z agawy, płatki owsiane, mleko owsiane

Energia 220 kcal | Proteiny 10g | Tłuszcz 6g | Węglowodany 28g | Cukier 16g

Mieszanki Białkowe 350ml

Chocolate Protein Recharge

Czekoladowy izolat białka, mleko migdałowe, banan

Energia 220 kcal | Proteiny 22g | Tłuszcz 5g | Węglowodany 18g | Cukier 10g

Pistachio Protein Glow-Up

Pistacjowy izolat białka, mleko kokosowe, banan

Energia 230 kcal | Proteiny 21g | Tłuszcz 7g | Węglowodany 19g | Cukier 9g

Hazelnut Protein Power Fuel

Orzechowy izolat białka, mleko sojowe, banan

Energia 240 kcal | Proteiny 22g | Tłuszcz 6g | Węglowodany 20g | Cukier 11g

White Chocolate Protein

Izolat białka o smaku białej czekolady, banan, mleko sojowe, organiczne masło orzechowe

Energia 260 kcal | Proteiny 24g | Tłuszcz 9g | Węglowodany 20g | Cukier 11g

Salted Caramel Protein

Karmelowy izolat białka z solą, banan, mleko owsiane

Energia 240 kcal | Proteiny 48g | Tłuszcz 6g | Węglowodany 8g | Cukier 9g

Soki + Toniki *Tłoczone & Wyciskane* ^{VG}

Świeżo Wyciskany Sok Pomytarańczowy 300ml

Świeżo Wyciskany Sok Grejpfrutowy 300ml

Citrus Fusion 300ml

Pomarańcza, cytryna, sok z grejpfruta

Green Vitality Cleanse Tonik 200ml

Ogórek, seler, zielone jabłko, szpinak, cytryna, świeży imbir

Energia 27 kcal | Proteiny 1g | Tłuszcz 0g | Węglowodany 5g | Cukier 4g

Ginger-Turmeric Immune Booster Tonik 200ml

Kurkuma, imbir, pomarańcza, limonka, miód, sól himalajska, skórka cytrynowa, czarny pieprz

Energia 28 kcal | Proteiny 0g | Tłuszcz 0g | Węglowodany 6g | Cukier 5g

Butelkowane Odżywienie

Organiczna Woda Kokosowa

Artisan Small Batch Kombucha

Vibrant ginger

Açaí berries

Cisowianka Perlage

Franklin & Sons Light Tonic Water

Kawa

Espresso

Americano

Cappuccino

Flat White

12

15

16

16

Latte

Iced Latte

Iced Americano

Dodaj syrop

Karmel / Wanilia / Orzech laskowy

Herbata

PIAG

Power Tea Supplier / Si bon Si bon / Dark Muscat / Japanese Sakura

Specjały *Gorące lub Zimne*

SÓL Post-Treatment Ceremony

Palony rozmaryn, skórka cytrusowa i świeży imbir
Autorska mieszanka ziołowa stworzona, aby przywrócić równowagę, pomóc w trawieniu i uspokoić zmysły
— idealnie dopasowana do momentu odnowy po zabiegu

Matcha Coconut Latte

Ceremonialna matcha, mleko kokosowe

Ayurvedic Turmeric Latte

Czarna herbata z przyprawami, spieniona mlekiem, posypana cynamonem

Chai Spiced Latte

Blend 7 przypraw, spieniona mlekiem, posypana cynamonem

Koktajle + Piwo

Aperol Spritz

Prosecco dry, Aperol, woda gazowana, pomarańcza

G + T

Gin, Franklin & Sons light tonic water, limonka, rozmaryn

Ginger & Elderflower Frizz

Piwo imbirowe, wódka, sok z limonki, limonka, mięta

Corona

Orzeźwiający lekki lager

Stradom House Pils

Klasyczny czeski pilsner, rześki i złoty, z łagodnym słodowym smakiem i delikatną goryczką

Seria Krakowska Pszeniczne

Polskie piwo pszeniczne, lekkie i gładkie, z subtelną słodyczą, aromatami banana i goździków

Seria Krakowska Pale Ale

Orzeźwiające polskie jasne piwo typu ale, wyraziste i chmielowe, z równowagą goryczki i zbożowej gładkości

Wino

Cava Brut Marques de Terrabona

Macabeu, Xarello, Parellada, Hiszpania

Champagne Brut 1er Cru, De Vilmont

Chardonnay, Pinot Meunier, Pinot Noir, Francja

29

25

16

16

18

22

20

3

22

29

24

22

24

52

52

52

28

24

24

24

34 / 175

78 / 490

Power Bowls

Matcha Strawberry Collagen
Ceremonial-grade matcha, banana, lobo green apple, coconut chunk, fresh strawberry, flax seeds, collagen
Energy 330 kcal | Protein 15g | Fat 10g | Carb 36g | Sugar 20g

Chocolate Protein
Protein whey isolate, banana, organic peanut butter, hemp seeds, dates, almond milk, homemade granola
Energy 390 kcal | Protein 28g | Fat 14g | Carb 40g | Sugar 18g

Wellness Smoothies 350ml

Matcha Collagen
Ceremonial-grade matcha, collagen, coconut meat, avocado, spinach, agave syrup, Himalayan black salt
Energy 230 kcal | Protein 14g | Fat 8g | Carb 25g | Sugar 15g

Protein & Collagen Recovery
Collagen, whey protein powder, almond milk, blueberries, banana, vanilla bean
Energy 280 kcal | Protein 24g | Fat 7g | Carb 32g | Sugar 18g

Berry Antioxidant Shield 
Organic guarana powder, soy milk, wild berries, organic peanut butter, fresh lime, steel-cut oats
Energy 240 kcal | Protein 12g | Fat 9g | Carb 33g | Sugar 16g

Ashwagandha Mind Relaxer
Ashwagandha, almond milk, cacao beans, almond butter, banana, bee pollen, vanilla bean, iodized Wieliczka salt
Energy 210 kcal | Protein 11g | Fat 7g | Carb 26g | Sugar 14g

Beetroot & Berry Power Fuel 
Organic freeze dried beetroot, raspberries, strawberries, banana, flax seeds, agave syrup, oatmeal, oat milk
Energy 220 kcal | Protein 10g | Fat 6g | Carb 28g | Sugar 16g

Pure Protein Packed Blends 350ml

Chocolate Protein Recharge
Chocolate protein whey isolate, almond milk, banana
Energy 220 kcal | Protein 22g | Fat 5g | Carb 18g | Sugar 10g

Pistachio Protein Glow-Up
Pistachio protein whey isolate, coconut milk, banana
Energy 230 kcal | Protein 21g | Fat 7g | Carb 19g | Sugar 9g

Hazelnut Protein Power Fuel
Hazelnut protein whey isolate, soy milk, banana
Energy 240 kcal | Protein 22g | Fat 6g | Carb 20g | Sugar 11g

White Chocolate Protein
White chocolate whey protein, banana, soy milk, organic peanut butter
Energy 260 kcal | Protein 24g | Fat 9g | Carb 20g | Sugar 11g

Salted Caramel Protein
Salted caramel whey protein, banana, oat milk
Energy 240 kcal | Protein 48g | Fat 6g | Carb 8g | Sugar 9g

Juices + Tonic Cold-Pressed & Squeezed

Freshly Squeezed Orange Juice 300ml

Freshly Squeezed Grapefruit Juice 300ml

Citrus Fusion 300ml
Orange, lemon, grapefruit juice

Green Vitality Cleanse Tonic 200ml
Cucumber, celery, green apple, spinach, lemon, fresh ginger
Energy 27 kcal | Protein 1g | Fat 0g | Carb 5g | Sugar 4g

Ginger-Turmeric Immune Booster Tonic 200ml
Turmeric, ginger, orange, lime, honey, Himalyan salt, lemon zest, black pepper
Energy 28 kcal | Protein 0g | Fat 0g | Carb 6g | Sugar 5g

Bottled Nourishment

Organic Coconut Water
Artisan Small Batch Kombucha
Vibrant ginger
Açaí berries

Cisowianka Perlage Sparkling Water
Franklin & Sons Light Tonic Water

Coffee

Espresso	12	Latte	18
Americano	15	Iced Latte	22
Cappuccino	16	Iced Americano	20
Flat White	16	Add syrup	3
		Caramel / Vanilla / Hazelnut	

Tea

PIAG
Power Tea Supplier / Si bon Si bon / Dark Muscat / Japanese Sakura

Specialty Drinks Hot or Iced

SÓL Post-Treatment Ceremony
Smoked rosemary, citrus peel & fresh ginger
This signature herbal blend is crafted to restore balance, aid digestion, and calm the senses—perfectly aligned with your moment of renewal after treatment

Matcha Coconut Latte
Ceremonial grade matcha, coconut milk

Ayurvedic Turmeric Latte
Spice infused black tea, frothed with milk, topped with cinnamon

Chai Spiced Latte
Blend of 7 whole spices, frothed with milk, topped with cinnamon

Cocktails + Beer

Aperol Spritz
Prosecco dry, Aperol, sparkling water, orange

G + T
Gin, Franklin & Sons light tonic water, lime, rosemary

Ginger & Elderflower Frizz
Ginger beer, Polish vodka, lime juice, lime, mint

Corona
Refreshing light lager

Stradom House Pils
Classic Czech-style pilsner, crisp and golden with a smooth malt flavour and delicate bitterness

Seria Krakowska Pszeniczne
Polish wheat beer, light and smooth with subtle sweetness, banana and clove aromas

Seria Krakowska Pale Ale
Refreshing Polish pale ale, bold and hoppy with a balance of bitterness and cereal smoothness

Wine

Cava Brut Marques de Terrabona
Macabeu, Xarello, Parellada, Spain

Champagne Brut 1er Cru, De Vilmont
Chardonnay, Pinot Meunier, Pinot Noir, France

SÓL

B A R M E N U

W E L L N E S S
O F F E R I N G S