

Menù



Pagina 1 - Frutta Bowl (Açaí Bowl)
Pagina 2 - Tagliata di frutta
Pagina 3 - Succhi & Yogurt
Pagina 4 - Pancakes & Frullati
Pagina 5 - Insalate
Pagina 6 - Avocado Toast & Bibite
Pagina 7 - Piña Colada e Cocco Bello

Allergeni



Glutine



Frutta a guscio



Latte e derivati



Arachidi



Uova e prodotti
contenenti uova



Pesce



Soia



Sedano



Crostacei



Sesamo



Senape



Anidride
solforosa e
solfiti

Frutta Bowl

Fresca e deliziosa con topping croccanti e frutta fresca. Una colazione energetica: da gustare con il cucchiaino!



Island Vibes

8

Base cremosa di mango e ananas, con frutta fresca, fettine di cocco, miele e muesli croccante

Choco Berry

7

Base cremosa di fragole e banane, con frutta fresca, scaglie di cioccolato, nocciole e granola

Dragon Bowl

10

Base cremosa di Pitaya e banane, con frutta fresca, mandorle pelate, miele e muesli croccante

Wild Energy

9

Base cremosa di açaí e banane, con frutta fresca, gocce di cioccolato, miele e granola

White Berry Crunch

8

Base cremosa di frutti di bosco e banane, con frutta fresca, gocce di cioccolato bianco, granella di pistacchio e granola



Tagliata di Frutta

Frutta fresca, tagliata al momento. Un mix colorato, rinfrescante e pieno di vitamine!



Raggi di Sole

14

Melone cantalupo,  x2
Ananas, Pesche,
Albicocche, Mango,
Fragole

Rosso Passione
Ciliegie, Lamponi
More, Anguria,
Arance, Ananas

14

 x2



Armonia d'Estate

12

Anguria, Melone
Giallo, Nettare,
Prugne, Fragole,
Kiwi

 x2



Viaggio al Tropico

20

Mango, Papaya,
Passion Fruit, Uva,
Cocco, Banana,
Pitaya (Dragon
Fruit)

 x2



La selezione di frutta può variare in base alla stagione e alla disponibilità giornaliera.

Watermelon Sugar
Fette di anguria

5

Fragole in Love
Fragole e panna

5



Juices Mix



Sunny Start

Arancia, carota, mela

4

Citrus Kick

Arancia, carota, limone

4

Mango Coco

Mango, ananas, cocco

4

Watermelon Mint

Anguria, menta, lime

4

Detox

Sedano, cetriolo, limone, mela

4

Berry Peach

Fragole, pesca, uva

4

Velvet Mix

Melone Cantalupo, frutti di bosco, ciliegie

5

Golden Mix

Melone giallo, frutto della passione, papaya

5

Premuta d'arancia 2

Succo d'ananas 3

Succo di mela 3

Succo di pera 3

Estratto di zenzero 3



I nostri succhi sono estratti a freddo per mantenere intatto tutto il gusto della frutta e della verdura di stagione. Naturali al 100%, senza zuccheri aggiunti.

Yogurt

Greek Cream

Yogurt greco, frutta fresca, granola, miele

5

White Cream

Yogurt bianco, frutta fresca, muesli, miele

5

Extras



Nutella: +1



Burro d'arachidi: +1



Frutta secca: +1



Gocce di cioccolato
(+0,50)



Gocce di cioccolato
bianco (+0,50)

Pancake



Berry Morning

5

Farina d'avena, frutti di bosco, gocce di cioccolato bianco, sciroppo d'acero

Sunny Apricot

5

Farina d'avena, frutta fresca, marmellata di albicocche e mandorle pelate

Banana Love

5

Farina d'avena, banana, fragole, scaglie di cocco fresco, miele

Peanut Boost

5

Farina d'avena, banana, burro di arachidi, frutta secca, miele



Nutella: +1



Burro d'arachidi: +1



Frutta secca: +1



Gocce di cioccolato
(+0,50)



Gocce di cioccolato
bianco (+0,50)

Cremosi, colorati e pieni di energia! Con frutta fresca e ingredienti naturali, i nostri smoothies sono lo spuntino perfetto per ricaricarti con gusto.

Smoothies

Strawberry Fuel

4

Fragola, banana e latte di cocco

Bananacoco

4

Banana, cocco, latte

Tropical Mood

4

Mango, banana, ananas, latte di cocco

Vital Boost

4

Kiwi, mela, pera, latte di mandorla



Dragon Twist

5

Pitaya, frutti di bosco, mango, latte

Per il tuo **PRE & POST
WORKOUT**

20 gr di Proteine
al cioccolato : +1



Burro d'arachidi: +1



Frutta secca: +1

Salad Bowl

Leggere e nutrienti. Le nostre insalate sono piene di gusto e colore, ideali per un pasto sano e bilanciato.



Caprese Mediterranea

7.5

- mozzarella di bufala DOP
- pomodoro di Sorrento
- rucola fresca, origano, basilico
- olio extravergine d'oliva
- servita con una fetta di pane bianco tostato

Tonno Mango Bowl

8

- tonno al naturale
- misticanza e carote alla julienne
- pomodorino ciliegino e mango fresco
- noci
- olio extravergine d'oliva
- servita con una fetta di pane bianco tostato

Avocado Salmon Bowl

9.5

- salmone affumicato
- valeriana
- avocado, ananas, datterino giallo
- mandorle pelate
- crema al limone
- servita con una fetta di pane bianco tostato

Extras

Mozzarella, tonno e salmone: +2

Verdura, ortaggi o frutta: +0.50

Frutta secca extra: +1

Salsa extra: +1

Fetta di pane: +0.50

Avocado Toast



Preparati con pane artigianale e ingredienti selezionati, sono perfetti per una colazione bilanciata, un pranzo leggero o una pausa healthy.

Egg & Green

5

Pane tostato, crema di avocado, uovo strapazzato, pomodorini ciliegino, zest di limone



7.5

Salmon & Green

Pane tostato, crema di avocado, salmone affumicato, pomodorini ciliegino, zest di limone

Avocado Royale

8.5

Pane tostato, crema di avocado, salmone affumicato, uovo all'occhio di bue (non fritto), pomodorini ciliegino, zest di limone

Bibite

Acqua naturale 50Cl 1

Acqua minerale 50Cl 1

Coca Cola 2

Coca Cola Zero 2

Birra Messina 3

Lefte Rossa 3

Piña Colada



10



Un mix cremoso di ananas, cocco e rum che ti trasporta in un'isola lontana al primo sorso. Iconica, scenografica e semplicemente irresistibile.



Disponibilità limitata: le ananas fresche possono terminare in base alla reperibilità del giorno.

Cocco Bello

Dissetante, tropicale, 100% naturale. Il nostro cocco fresco viene servito intero, pronto da bere: una fonte pura di idratazione e minerali, perfetta per rinfrescare corpo e mente. Un sorso ed è subito estate.

8



La disponibilità del “Cocco fresco” è limitata