## Menù



Pagina 1 - Frutta Bowl (Açai 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



Crostacei



Pesce



Soia



Sedano



Sesamo



Senape



Anidride solforosa e solfiti

## Frutta Bowl



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



#### 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 açai 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



12

20

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



Raggi di Sole

Melone cantalupo, \*\*\*
Ananas, Pesche,
Albicocche, Mango,
Fragole

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



Armonia d'Estate

Anguria, Melone Giallo, Nettarine, Prugne, Fragole, Kiwi



Viaggio al Tropico

Mango, Papaya, Passion Fruit, Uva, Cocco, Banana,

Pitaya (Dragon Fruit)



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





Fragole in Love Fragole e panna



## **Juices Mix**



Sunny	/ Start carota, mela	4
Arancia	, carota, mela	

Citrus Kick 4 Arancia, carota, limone

Mango Coco 4 Mango, ananas, cocco

Watermelon Mint Anguria, menta, lime

Detox Sedano, cetriolo, limone, mela

Berry Peach Fragole, pesca, uva

Velvet Mix Melone Cantalupo, frutti di bosco, ciliegie

Golden Mix Melone giallo, frutto della passione, papaya

Premuta d'arancia 2 Succo d'ananas Succo di mela Succo di pera Estratto di zenzero



# **Yogurt**

zuccheri aggiunti.

#### Greek Cream

Yogurt greco, frutta fresca, granola, miele

White Cream

Yogurt bianco, frutta fresca, muesli, miele Extras

stagione. Naturali al 100%, senza



Mutella: +1



Burro d'arachidi: +1



Frutta secca: +1



Gocce di cioccolato (+0,50)



Gocce di cioccolato bianco (+0,50)

## **Pancake**



**Berry Morning** 

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

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

Banana Love

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

**Peanut Boost** 

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

Nutella: +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

Fragola, banana e latte di cocco

Bananacoco

Banana, cocco, latte

**Tropical Mood** 

Mango, banana, ananas, latte di

cocco

Dragon Twist

Pitaya, frutti di bosco, mango, latte

Vital Boost

Kiwi, mela, pera, latte di mandorla

Per il tuo PRE & POST WORKOUT

20 gr di Proteine al cioccolato: +1

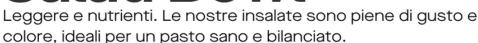


Burro d'arachidi: +1



Frutta secca: +1

### Salad Bowl





### 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

Mozzarella, tonno e salmone: +2

Verdura, ortaggi o frutta: +0.50

Frutta secca extra: +1

Salsa extra: +1

Fetta di pane: +0.50

Extras

# **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

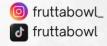
8.5

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
Leffe Rossa	3



## Piña Colada



10



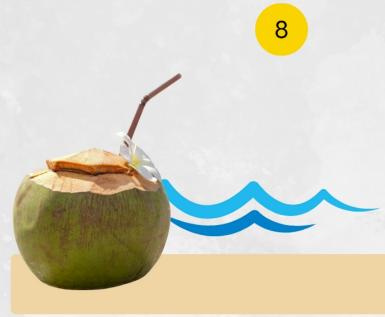
Un mix cremoso di ananas, cocco e rum che ti trasporta in un'isola lontana al primo sorso. Iconica, scenografica e semplicemente irresistibile.



**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.



La disponibilità del "Cocco fresco" è limitata



