



MENÙ



MSC-C-58965
Siamo certificati MSC.
Cerca il marchio blu MSC

COMPONI

BOWLS



**1 BASE
2 PROTEINE
4 INGREDIENTI**



**1 BASE
3 PROTEINE
5 INGREDIENTI**

TACOS



**1 PROTEINA
1 INGREDIENTE**

SALAD



**INSALATA MISTA
1 PROTEINA
3 INGREDIENTI**

1. BASE

RISO BIANCO
RISO INTEGRALE
RISO NERO +0,30€
COUS COUS
INSALATA MISTA
METÀ E METÀ

3. PROTEINE

EXTRA
+2,00

CRUDO

- TONNO AL NATURALE
- SALMONE AL NATURALE
- SALMONE MARINATO ALL' HAWAIIANA
- TARTARE SALMONE +0,50€

COTTO

- INSALATA DI TONNO NEW
- TENTACOLI E PATATE NEW
- GAMBERI AL VAPORE
- BOCCONCINI DI POLLO
- SALMONE AL VAPORE

PLANT BASED

- POLPETTE DI SOIA GARDEN GOURMET® 
- BOCCONCINI PLANTED® AL LIMONE 

5. TOPPING

EXTRA
+0,50

SCEGLI 1

MAIS TOSTATO
SESAMO
CIPOLLA CROCCANTE

PREMIUM +0,50€

GRANELLA DI NOCI
MANDORLE
CRISPY PATATE

SIDES

- EDAMAME 3,00€
- EDAMAME PREMIUM 3,00€
- CITRONETTE 3,00€
- PICCANTE 3,00€
- TARTUFO 4,00€
- ALGHE WAKAME 3,00€
- GUACAMOLE CHIPS 4,00€

2. INGREDIENTI

EXTRA
+0,50

OLIVE NERE NEW
MAIS
● EDAMAME
ANANAS
CIPOLLA ROSSA
ZENZERO
ZUCCHINE LIMONE E MENTA NEW
CAVOLO ROSSO
CAROTE
CETRIOLI
POMODORINI

PREMIUM +0,50€

- CARCIOFI
- MANGO
- AVOCADO
- FETA GRECA
- ALGHE WAKAME
- HUMMUS DI CECI
- CREAM CHEESE
- GUACAMOLE

4. SALSA

EXTRA
+0,30

SCEGLI 1

TERIYAKI
PONZU
OLIO EVO
VINAIGRETTE
SOIA SENZA GLUTINE
SRIRACHA ”
CITRONETTE NEW

PREMIUM +0,30€

HAWAIIAN SPECIAL
MAIO VEGANA
YOGURT
MAIO PICCANTE ›
AGROPICCANTE TROPICALE ›
MAIO WASABI ›

DOLCI

MACEDONIA TROPICALE 3,50€
MANGO ● + ANANAS

● PRODOTTO CONGELATO ALL'ORIGINE.
TUTTI I NOSTRI PRODOTTI ITTICI DA CONSUMARSI CRUDI O PRATICAMENTE CRUDI SONO CONFORMI AL REG.CE 853/04 E S.M.I. IN PARTICOLARE PER QUANTO RIGUARDA I REQUISITI ALL'ALLEGATO III, PUNTO D.

INFO: I NOSTRI PRODOTTI CONTENGONO ALLERGENI, CHIEDI AL NOSTRO PERSONALE DI CONSULTARE LA LISTA E ALLERGENI.

VEGETARIANO  VEGANO  PICCANTE ›

ALGHE WAKAME E TARTARE SALMONE: PER SOMMINISTRAZIONE A BAMBINI E MINORI SI CONSIGLIA DI CONSULTARE IL LIBRO INGREDIENTI.

SALAD

9.90€



TUNA SALAD

INSALATA MISTA, INSALATA DI TONNO,
POMODORINI, OLIVE NERE, MAIS,
CAROTE, VINAIGRETTE

SAPORI DI MARE

INSALATA MISTA, TENTACOLI E PATATE ◉,
POMODORINI, CAROTE,
CAVOLO ROSSO, CITRONETTE



GREEK POLLO

INSALATA MISTA, BOCCONCINI DI POLLO ◉,
FETA GRECA, POMODORINI, OLIVE NERE,
MAIS, VINAIGRETTE



TOP BOWLS



POKE LOVE

RISO NERO, SALMONE AL NATURALE ●, TONNO AL NATURALE ●, POMODORINI, EDAMAME ●, AVOCADO ●, MANGO ●, ALGHE WAKAME ●, SALSA PONZU, SESAMO

REGULAR 12,90€ | LARGE +2,50€



TARTARE SALMONE

RISO BIANCO, TARTARE SALMONE ●, POMODORINI, AVOCADO ●, SALSA TERIYAKI, MAIO WASABI ♪, MANDORLE

REGULAR 12,90€ | LARGE +2,50€



GAMBERI E ZUCCHINE

RISO INTEGRALE, GAMBERI AL VAPORE ●, CARCIOFI, ZUCCHINE LIMONE MENTA, CAVOLO ROSSO, CAROTE, SALSA AGROPICCANTE ♪, GRANELLA DI NOCI

REGULAR 11,90€ | LARGE +2,50€



EXOTIC SALMON

RISO BIANCO, SALMONE ALL' HAWAIIANA ●, POMODORINI, EDAMAME ●, AVOCADO ●, SALSA TERIYAKI, SESAMO

REGULAR 10,90€ | LARGE +2,50€



PIOVONO POLPETTE

COUS COUS, POLPETTE DI SOIA GARDEN GOURMET ® ●, HUMMUS, POMODORINI, CETRIOLI, FETA GRECA, SALSA YOGURT, SESAMO

REGULAR 11,90€ | LARGE +2,50€



LEMON PLANTED

RISO INTEGRALE, BOCCONCINI PLANTED ® AL LIMONE ●, POMODORINI, CETRIOLI, CAVOLO ROSSO, MAIS, CRISPY PATATE, MAIO VEGANA

REGULAR 10,90€ | LARGE +2,50€

TOP TACOS

POLLO GUACAMOLITO

BOCCONCINI DI POLLO ●, GUACAMOLE ●,
SALSA YOGURT



FRESH TUNA

TONNO AL NATURALE ●, CETRIOLI,
SALSA PONZU, SESAMO

TARTARE SPECIAL

TARTARE SALMONE ●, POMODORINI,
CRISPY PATATE, SALSA TERIYAKI

SALMONE TERIYAKI

SALMONE ALL' HAWAIIANA ●,
CAVOLO ROSSO, SALSA TERIYAKI, SESAMO

GAMBERI TROPICALI

GAMBERI AL VAPORE ●, CAVOLO ROSSO,
SALSA AGROPICCANTE TROPICALE ●, SESAMO

CAPRESE

FETA GRECA, POMODORINI,
SALSA TERIYAKI, SESAMO

1 TACO
5.00€

2 TACOS
9.00€

KIDS MENU

BABY SHARK

BOCCONCINI DI POLLO ●, MAIS, CAROTE,
EDAMAME ●, POMODORINI, SALSA TERIYAKI



BEVANDE

ACQUA	1,50€
BIBITA	3,00€
RED BULL	3,50€
BIRRA	4,00€
CAFFÈ	1,00€
BUBBLE TEA	3,50€



[@ilovepoke.official](https://www.instagram.com/ilovepoke.official)



[ilovepokeofficial_](https://www.tiktok.com/@ilovepokeofficial_)