

Nome: .....

## CREALA DA ZERO...

### 1. Scegli il formato:



**REGULAR 11,90€**  
1 proteina



**LARGE 13,90€**  
2 proteine

### 2. Scegli la base:

max.2



Farro 🌾



Riso bianco



Insalata



Riso venere

### 3. Scegli il condimento:

max.4

(extra +0,50€)



Alga Wakame



Cipolla di Tropea



Mango



Ananas



Edamame



Olive



Avocado



Feta greca



Philadelphia



Carote



Goma Wakame



Pomodorini



Cavolo viola



Jalapenos 🌶️🌶️🌶️



Spinaci



Cetrioli



Mais



Zucchine

### 4. Scegli la proteina:

REGULAR: max.1  
LARGE: max.2

(extra +2€)

#### CRUDO



Dadolata di vitella



Salmone



Tonno

#### COTTO



Gamberetti



Pollo



Polpo

#### VEGAN



Legumi



Tofu 🌱

### 5. Scegli il topping:

(extra +0,50€)

#### CRUNCH max.1



Arachidi



Cipolla croccante



Furikake



Mandorle



Pistacchi



Sesamo



Tobikko

#### SALSE max.1



Guacamole



Maionese



Olio Extra Vergine di Oliva



Ponzu 🌱



Soya 🌱



Spicy Mango 🌶️



Spicy Mayo 🌶️



Sriracha 🌶️🌶️



Teriyaki 🌱



Teriyaki (senza glutine)



## ☐ MENU REGULAR

Bowl regular componibile  
+ Coca Cola o Fanta

**13,90€**

# ...OPPURE SCEGLI UNA NOSTRA PROPOSTA!

## ASIATIC BOWL



11,90€

Riso bianco  
Cavolo viola  
Edamame  
Goma Wakame  
Pomodorini  
Salmone  
Arachidi  
Soya 🌱

## EXOTIC BOWL



11,90€

Riso venere  
Ananas  
Avocado  
Carote  
Pomodorini  
Gamberetti  
Mandorle  
Spicy Mango 🌶️

## POKÈY BOWL



11,90€

Farro 🌱  
Riso bianco  
Cavolo viola  
Mais  
Olive  
Zucchine  
Dadolata di vitella  
Olio Extra  
Vergine di Oliva  
Sesamo

🌱 Contiene glutine

🌶️ Poco piccante 🌶️🌶️ Medio piccante 🌶️🌶️🌶️ Molto piccante

Per la lista completa degli allergeni rivolgersi al personale oppure visitare il sito [www.pokeyfood.com](http://www.pokeyfood.com) sezione menu.

## EXTRA



### Dolci:

Mochi (3pz) - 5€

### Caffè:

Decaffeinato - 1,70€

Espresso - 1,50€

Ginseng - 2€

Orzo - 2€

### Bevande:

#### Acqua - 1,50€

Naturale  Frizzante

#### Bibite - 3€

Coca Cola  
 Coca Cola zero  
 Estathè Pesca  
 Estathè Limone  
 Fanta

#### Birra

Asahi | 3,50€  
 Menabrea | 4,00€  
 Big Wave - Kona | 5,00€  
 Longboard - Kona | 5,00€  
 Hanalei - Kona | 5,00€



# LISTA ALLERGENI ALIMENTARI

	Arachidi	Frutta a guscio	Latte e derivati	Molluschi	Pesce	Sesamo	Soia	Crostacei	Glutine	Lupini	Senape	Sedano	Anidride Solforosa	Uova e derivati
<b>BASI</b>														
Riso bianco	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Riso venere	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Farro	-	-	-	-	-	-	-	-	■	-	-	-	-	-
Insalata	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>CONDIMENTO</b>														
Alga Wakame	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ananas	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Avocado	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Carote	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Cavolo viola	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Cetrioli	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Cipolla di Tropea	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Edamame	-	-	-	-	-	-	■	-	-	-	-	-	-	-
Feta greca	-	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Goma Wakame	-	-	-	-	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-
Jalapenos	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Mais	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Mango	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Olive	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Philadelphia	-	-	•	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Pomodorini	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Spinaci	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Zucchine	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>PROTEINE</b>														
Dadolata di vitella	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Salmone	-	-	-	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Tonno	-	-	-	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Gamberetti	-	-	-	-	-	-	-	■	-	-	-	-	■	-
Pollo	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Polpo	-	-	-	■	-	-	-	-	-	-	-	■	-	-
Legumi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Tofu	-	-	-	-	-	-	■	-	■	-	-	-	-	-

# LISTA ALLERGENI ALIMENTARI

	Arachidi	Frutta a guscio	Latte e derivati	Molluschi	Pesce	Sesamo	Soia	Crostacei	Glutine	Lupini	Senape	Sedano	Anidride Solforosa	Uova e derivati
<b>TOPPING</b>														
Arachidi	■	■	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	■	-
Cipolla croccante	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Furikake	-	■	■	-	■	-	■	-	-	-	-	-	-	-
Mandorle	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	■	-
Pistacchi	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Sesamo	-	-	-	-	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-
Tobikko	-	-	-	-	■	-	-	-	■	-	-	-	-	-
Guacamole	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Maionese	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	■
Olio Extra Vergine di Oliva	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Salsa Ponzu	-	-	-	-	-	-	■	-	■	-	-	-	-	-
Soya	-	-	-	-	-	-	■	-	■	-	-	-	-	-
Spicy Mango	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	■
Spicy Mayo	-	■	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	■
Sriracha	-	-	-	-	-	-	-	-	■	-	-	-	-	-
Teriyaki	-	-	-	-	-	-	■	-	■	-	-	-	-	-
<b>EXTRA</b>														
Mochi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

**Legenda: ■ Contenuto | - Non contenuto**

Le seguenti indicazioni, sulla presenza degli allergeni negli alimenti, non escludono in modo assoluto la presenza di contaminazione crociata (o indiretta).

