



SIGNATURE BOWLS

Le nostre proposte. Bianciate, Complete e ricche di gusto.

CHICKEN BALANCE

★ MOST LOVED

€14.90

Misticanza, petto di pollo grill, Grana Padano in scaglie, zucchine grill, datterini, yogurt dressing, cipolla crispy.

+ CROSTINI DI FOCACCIA 0.50

590 kcal

SALMON BREEZE

€14.90

Riso basmati, salmone Norvegese affumicato, cavolo viola, cetrioli, fresh mango, teriyaki, sesamo.

570 kcal

VEGGIE POWER

VEGETARIAN

€13.90

Cous cous, uovo sodo bio, feta, zucchine grill, carote, salsa yogurt alle erbe, uva sultanina, semi di zucca.

640 kcal

VEGAN ENERGY

VEGAN

€13.90

Riso basmati, tofu bio al naturale, edamame, carote julienne, zucchine grill, teriyaki, anacardi.

590 kcal

LA MEDITERRANEA

€13.90

Misticanza, mozzarelline fior di latte, hummus di ceci, pom. datterini, mais, yogurt dressing, noci.

+ CROSTINI DI FOCACCIA 0.50

580 kcal

**Crea la Bowl perfetta per te,
scegliendo gli ingredienti
che preferisci.**



CREA LA TUA BOWL



1 PARTI DALLA BASE (anche metà e metà)

€3.90

- RISO BASMATI
- COUS COUS
- INSALATA MISTICANZA

2 SCEGLI LE PROTEINE

€3.00 cad.

- SALMONE NORVEGESE AFFUMICATO + 0.50
- GAMBERETTI COTTI + 0.50
- PETTO DI POLLO GRILL
- SPICY POLLO GRILL 🌶️
- UOVA SODE
- FETA GRECA
- GRANA PADANO IN SCAGLIE
- MOZZARELLINE FIOR DI LATTE
- TOFU BIO AL NATURALE
- HUMMUS DI CECI
- EDAMAME

3 AGGIUNGI VERDURE & FRUTTA

€1.50 cad.

- AVOCADO + 0.50
- FRESH MANGO + 0.50
- POM. DATTERINI + 0.50
- ZUCCHINE GRILL + 0.50
- OLIVE TAGGIASCHE
- CAVOLO VIOLA
- CAROTE
- CETRIOLI

4 SCEGLI IL CONDIMENTO

€0.50 cad.

- YOGURT DRESSING
- YOGURT ALLE ERBE
- TABASCO 🌶️
- TERIYAKI + 0.50
- SALSA DI SOIA
- OLIO EVO
- LIMONE FRESCO

5 COMPLETA CON IL CRUNCH

€1.00 cad.

- SEMI DI SESAMO
- CIPOLLA CRISPY
- SEMI DI ZUCCA
- ANACARDI
- CROSTINI DI FOCACCIA
- NOCI
- UVA SULTANINA

Completa la tua Bowl con un
Fresh Juice naturale,
preparato al momento.



FRESH JUICES

Estratti di Frutta e Verdura. 100% Naturali.

R
€5.90

L
€6.50

LONGEVITY

Arancia, Carota, Limone, Zenzero.

110 – 180 kcal

GREEN MACHINE

Ananas, Cetriolo, Mela, Limone.

100 – 170 kcal

GOLDEN AURA ★ NEW

Arancia, Carota, Ananas, Mela.

140 – 230 kcal

PURPLE DREAM ★ NEW

Cavolo viola, Mela, Limone.

110 – 190 kcal

SMOOTHIES & PROTEIN SHAKES

Frullati di frutta fresca, **senza latte**.
Anche Proteici. Perfetti per Energia e Recupero.

R
€5.90

L
€6.50

SKIN-GLOW

Ananas, Mango, Arancia. + FRESH LEMON/SHOT DI ZENZERO + 0.50

160 – 235 kcal

PINK VELVET

Fragole, Mango, Banana, Mela.

200 – 275 kcal

TROPICAL BOOST + 0.50

Ananas, Banana, Latte di Cocco, Proteine.

165 – 195 kcal

BERRY BLISS + 0.50

Fragole, Mango, Banana, Latte di Mandorla, Proteine.

210 – 265 kcal



CREA IL TUO
SMOOTHIE

+ 0.90

FRESH FRUIT BUBBLE TEA

R

€5.50

L

€6.50

Preparato al momento con tè vero, frutta fresca, e popping boba.



REAL FRUIT.
REAL TEA.
YOUR FLAVOUR.

Perfetto con una Signature Bowl.

PREMIUM MILKY BOBA

Gli originali GreenLand, con tapioca, preparati con ingredienti naturali e selezionati.

TUTTI SENZA LATTOSIO. DISPONIBILI ANCHE VEGAN.

BROWN SUGAR

★ MOST LOVED

Il più iconico ed autentico.
Tè nero, latte senza lattosio, muscovado e tapioca.
250 – 360 kcal

R

€6.00

L

€7.00

TARO BOBA CHA

Cremoso e vellutato.
Mix di Ube e Taro, latte senza lattosio e tapioca.
220 – 320 kcal

R

€6.00

L

€7.00

COCONUT MATCHA

★ FAVOURITE

Esotico, raffinato e naturalmente energizzante.
Matcha premium e latte di cocco.
160 – 230 kcal

R

€7.00

L

€8.00

BERRY MATCHA

★ NEW

Il tuo Matcha Latte con mousse di fragole fresche, per un incontro dolce e vibrante.
190 – 270 kcal

R

€7.00

L

€8.00

MANGO MATCHA

★ NEW

Il tuo Matcha Latte dalle vibes tropicali, con una deliziosa mousse di mango fresco home-made.
200 – 280 kcal

R

€7.00

L

8.00

SOFT DRINKS

- ACQUA NATURALE

€2.00
- ACQUA FRIZZANTE

€2.00
- COCA COLA ZERO

€3.00