

Mealthe Turati

Caffetteria

Espresso	€ 1.50
----------	--------

Espresso macchiato	€ 1.50
--------------------	--------

Decaffeinato	€ 2.00
--------------	--------

Americano	€ 2.00
-----------	--------

Marocchino	€ 1.80
------------	--------

Cappuccino	€ 2.00
------------	--------

Cappuccino vegetale	€ 2.50
---------------------	--------

Iced coffee	€ 4.00
-------------	--------

Iced milk coffee	€ 4.50
------------------	--------

Cinnamon iced coffee	€ 4.50
----------------------	--------

Latte macchiato	€ 3.50
-----------------	--------

Tè e tisane	€ 4.50
--------------------	--------

Caffè shakerato	€ 6.50
------------------------	--------

Cioccolata calda	€ 5.00
-------------------------	--------

Signature Matcha

Tè matcha	€ 6.00
------------------	--------

Matcha e acqua.

Matcha latte	€ 7.00
---------------------	--------

Matcha e latte.

Matcha strawberry	€ 8.00
--------------------------	--------

Matcha, latte e fragole.

Matcha berry	€ 8.00
---------------------	--------

Matcha, frutti di bosco.

Matcha mango	€ 8.00
---------------------	--------

Matcha, latte e mango.

Iced caramel matcha	€ 8.00
----------------------------	--------

Matcha, latte, caramello e ghiaccio.

Breakfast

Croissant vegano	€ 2.20
-------------------------	--------

Croissant farcito	€ 2.50
--------------------------	--------

Mini croissant salato	€ 2.00
------------------------------	--------

Cookies al cioccolato	€ 2.00
------------------------------	--------

Cookies al cacao e cannella	€ 1.80
------------------------------------	--------

Protein bites	€ 2.00
----------------------	--------

Berry cheesecake	€ 5.50
-------------------------	--------

Plumcake	€ 5.00
-----------------	--------

Brownie	€ 4.50
----------------	--------

Banana bread	€ 5.00
---------------------	--------

Carrot cake	€ 5.00
--------------------	--------

Con noci e cannella.

Muffin cioccolato e pere	€ 3.50
---------------------------------	--------

Macedonia di frutta	€ 6.00
----------------------------	--------

cookies matcha	€ 2.00
-----------------------	--------

Acai e Yogurt Bowl

Classic yogurt	€ 5.00
-----------------------	--------

Yogurt greco, banana, muesli, noci e fragole.

Berries yogurt	€ 5.00
-----------------------	--------

Yogurt greco, frutti di bosco e banana.

Acai classic	€ 8.00
---------------------	--------

Acai chocolate	€ 8.00
-----------------------	--------

Con cioccolato fondente, granola, banana e anacardi.

Centrifughe e Spremute

Spremuta d'arancia	€ 5.00
---------------------------	--------

Arance 100% italiane spremute al momento.

Immunity booster	€ 7.00
-------------------------	--------

Arancia, mela cotta e frutti di bosco.

Showgirl	€ 7.00
-----------------	--------

Fragole, ananas, sedano, lime e menta.

Green	€ 7.00
Spinaci, mela cotta e zenzero.	

Energy	€ 7.00
arancia, carote, mela e zenzero	

Power Smoothies

Berry recovery	€ 10.00
Mirtilli, lamponi, yerba mate, datteri e proteine.	

Coffee protein	€ 10.00
Latte di mandorla, caffè, banana e proteine.	

Golden Warrior	€ 10.00
Latte di mandorle, mango, zenzero e curcuma.	

Smoothies

Avo shake	€ 8.00
Banana, avocado, latte di mandorle e vaniglia.	

Chocolate flex	€ 8.00
Cacao amaro, banana, datteri e latte di mandorla.	

Spirulina benefit	€ 8.00
Spirulina, banana e latte di mandorla.	

Big matcha	€ 8.00
matcha, banana, collagene, semi di canapa	

Mealthie Shot

Il risveglio

€ 4.00

Zenzero, limone e curcuma.

Lo sprint

€ 4.00

Kiwi e spinacino

Il reset

€ 4.00

Mela verde, ribes e melograno

Il tris

€ 10.00

I tre shot in versione mini: risveglio, sprint e reset.

Snacks

Hummus di ceci con pita

€ 7.00

Ceci, tahini e aglio.

Guacamole con nachos

€ 8.00

Avocado, lime, cipolla rossa e pomodoro

Anguria e feta

€ 9.00

Semplice e rinfrescante.

Sandwich e Toast

Club sandwich

€ 16.00

pane in cassetta multicereale, tacchino arrosto, bacon, pomodoro, lattuga e maionese vegetale

Avocado toast € 14.00

Pane rustico con avocado e uova.

Salmon wrap € 13.00

Tortilla con salmone affumicato e avocado.

Avocado chicken wrap € 13.00

Tortilla con pollo, avocado e robiola.

Salmon toast € 16.50

salmone affumicato, avocado, datterini, germogli piselli, robiola e semi di zucca

Chicken wrap € 12.00

tortilla, sovracoscia di pollo, lattuga, pomodoro e salsa yogurt

Eggs

La tortilla € 12.50

tortillas di carote e zucchine, quenelle di robiola, battuto di pomodoro e avocado e germogli di piselli

Scrambled eggs € 12.50

uova strapazzate, spinacino, avocado, bacon e pane multicereale

Bowls

Mealhie salad € 15.00

misticanza, salmone affumicato, zucca al forno, feta, tartare di avocado e semi di zucca

Caesar salad € 14.00

sovracoscia di pollo cuore di lattuga, crostini di pane multicereali, parmigiano 24 mesi e salsa yogurt

Thai wok	€ 14.00
riso basmati, sovracoscia di pollo, sedano, carote, cipolla croccante e soia	

Farro con salmone	€ 15.00
farro perlato, salmone scottato, zucchine alla griglia, broccoli al vapore, pomodori datterini e dressing al basilico	

Couscous con gamberi	€ 15.00
cous cous al vapore, gamberi al lime, ceci tostati, sedano, carote e dressing al mango	

Venus bowl	€ 15.00
mix di cereali, pollo marinato allo zenzero e soia, patate dolci al forno, rucola e tartare di avocado	

Main Course

Polpette di manzo e legumi	€ 16.50
polpetta di manzo con ceci e lenticchie, misticanza, datterini, tartare di avocado e fonduta di parmigiano 24 mesi	

Pollo al curry	€ 16.50
petto di pollo cotto a bassa temperatura, riso basmati, mini broccoli e demi-glace con curry e cocco	

Roast beef	€ 16.50
roast-beef di manzo, misticanza, finocchi, fagiolini, mais al forno, pomodori datterini, dressing di avocado e curcuma e noci e riso basmati	

Trancio di salmone	€ 20.00
salmone scottato, mix di cereali, spinacino, finocchi e arancia e riso basmati	

Bevande e Acqua

Acqua naturale	€ 2.00
----------------	--------

Acqua frizzante	€ 2.00
-----------------	--------

Coca-Cola	€ 3.00
-----------	--------

Coca-Cola Zero	€ 3.00
----------------	--------

Chinotto Lurisia	€ 3.50
------------------	--------

Limonata Lurisia	€ 3.50
------------------	--------

aranciata lurisia	€ 3.50
-------------------	--------

Vini e Birra

Sgreva Lugana Eufrazia	€ 25.00 <i>(Calice € 6,00)</i>
-------------------------------	--------------------------------

Bianchi

Presentosa Pecorino	€ 28.00 <i>(Calice € 7,00)</i>
----------------------------	--------------------------------

Bianchi

Col d'Orcia Gineprone	€ 28.00 <i>(Calice € 7,00)</i>
------------------------------	--------------------------------

Bianchi

Presentosa Montepulciano

€ 26.00 (Calice € 7,00)

Rossi

Domini Veneti Damigella Blu

€ 26.00 (Calice € 7,00)

Rossi

Purabolla Brut

€ 45.00 (Calice € 10,00)

Bolle

Blanc de Blancs millesimato

€ 25.00 (Calice € 7,00)

Bolle

Messina Cristalli di Sale

€ 6.00

Consulta la lista degli Allergeni

Cereali contenenti glutine

Grano (tra cui farro e grano khorasan), segale, orzo, avena o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati.

Crostacei

Crostacei e prodotti a base di crostacei.

Uova

Uova e prodotti a base di uova.

Pesce

Pesce e prodotti della pesca.

Arachidi

Arachidi e prodotti a base di arachidi.

Soia

Soia e prodotti a base di soia.

Latte

Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio).

Frutta a guscio

Mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti.

Sedano

Sedano e prodotti a base di sedano.

Senape

Senape e prodotti a base di senape.

Semi di sesamo

Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.

Anidride solforosa e solfiti

In concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO₂ totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.

Lupini

Lupini e prodotti a base di lupini.

Molluschi

Molluschi e prodotti a base di molluschi.
