



GOD SAVE THE FOOD®

MENU' ALL DAY

Simply Good Food

- VEG** Vegetariano
- PRO** Proteico
- GSTF** Our Special
- Ω3** Ricchi di Omega 3
- NEW** New
-  Gluten Free
-  Alert staff in case of celiac disease or allergies
- *** Piatti preparati con materia prima surgelata o congelata all'origine

CAFFETTERIA

CAFFÈ ESPRESSO / CAFFÈ ESPRESSO MACCHIATO	2,00
CAFFÈ DECAFFEINATO	2,00
CAFFÈ AMERICANO	2,50
CAFFÈ DOPPIO	4,00
CAFFÈ D'ORZO	2,50
CAFFÈ AL GINSENG	2,50
CAFFÈ CORRETTO	5,00
CAFFÈ CORRETTO GSTF - BAILEYS E PANNA MONTATA	5,00
CAFFÈ SHAKERATO	5,00
MAROCCHINO	2,50
MAROCCHINO SPECIALE GSTF ALLA NUTELLA	4,00
CAPPUCCINO	3,00
CAPPUCCINO DI GINSENG / ORZO	3,00
CIOCCOLATA CALDA	5,00
LATTE MACCHIATO	3,00
LATTE BIANCO	2,00
AGGIUNTA DI PANNA MONTATA	1,00
AGGIUNTA DI LATTE DI SOIA	1,00
THÉ E TISANE	5,00

APPETIZER

HUMMUS <u>GSTF</u>	8,00
Crema di ceci servita con pane arabo, paprika e olio EVO	
BABAGANOUSH <u>GSTF</u>	9,00
Crema di melanzane servita con pane arabo, prezzemolo e olio EVO	
GUACAMOLE <u>GSTF</u>	9,00
Crema di avocado, concassé di pomodoro e cipolla di Tropea servita con nachos	


SALADS

CHICKEN CAESAR SALAD <u>PRO</u>	14,00
Pollo alla piastra, lattuga romana, scaglie di grana, crema d'acciughe, crostini di pane, Caesar dressing GSIF	
QUINOA SALAD <u>VEG</u> ✂	14,00
Quinoa bianca e rossa, spinacini novelli, feta, pomodorini, timo, citronette	
AVOCADO SALAD <u>03</u> ✂	15,00
Avocado, gamberi* alla piastra, songino, semi di zucca e girasole, cipolla di Tropea e citronette dolce alla curcuma	
KALE AND ORANGE SALAD <u>VEG</u> ✂	14,00
Cavolo nero, arance, finocchi, olive, pinoli, vinagrette	

Alcuni piatti possono contenere uno o più allergeni. Per informazioni in merito alla natura delle materie prime utilizzate ed alle modalità di preparazione dei piatti presenti nel menu si rimanda al libro degli ingredienti. Il consumatore è pregato di comunicare al personale di sala la necessità di consumare alimenti privi di determinate sostanze allergeniche. Alcuni prodotti freschi vengono sottoposti ad abbattimento rapido di temperatura, come descritto nelle procedure del Manuale di Gestione della Sicurezza Alimentare mediante Sistema HACCP ai sensi del Reg. CE 852/04 e Reg. CE 853/04. Alcune materie prime possono essere surgelate

o congelate all'origine secondo la disponibilità del mercato. Some dishes can contain one or more allergens. For informations regarding the nature of the ingredients and the preparation of the food you can refer to the ingredient book. Customers are invited to inform the staff about their necessity to eat allergen-free dishes. Some fresh products are subjected to a rapid cooling procedure, as described in the book of Nutritional Security Management and by HACCP System, referring to the EU Reg. 852/04 and EU Reg. 853/04. Some ingredients may be deep - frozen or frozen at the origin according to the market availability.

MAIN COURSES

SALMONE NORVEGESE AFFUMICATO 03	14,00
Servito con crostini, quenelle di crema di formaggio, misticanza con capperi e cipolla di Tropea	
TARTARE DI AVOCADO E TONNO AFFUMICATO 03	15,00
Condità con cipolla di Tropea, concassè di pomodoro, sesamo nero, olio EVO, pepe, servita con crostini	
ROAST BEEF GSIF	14,00
Servito con rucola, pomodorini e salsa tartara GSIF	
BATTUTA DI FASSONA PRO	16,00
Servita con crostini, misticanza, capperi, senape, olio EVO, sale e pepe	
CRUDO & BUFALA PRO 	13,00
Prosciutto crudo di Parma, mozzarella di bufala campana DOP, pomodori e basilico	

WOKS SERVITE CON RISO THAI

WOK DI POLLO E VERDURE PRO	14,00
Pollo saltato con carote, zucchine, cavolo cinese, germogli di soia, broccoli*, fagiolini* e GSIF soy sauce	
SPICY WOK DI VERDURA VEG	13,00
Carote, zucchine, cavolo cinese, germogli di soia, broccoli*, fagiolini*, porri, peperoni, peperoncino fresco saltati con salsa sriracha e GSIF soy sauce	

WHITE WINES

CURTEFRANCA CA' BRUSADE - F.LLI BERLUCCHI	20,00
Chardonnay - Lombardia	
FALANGHINA - GUIDO MARSELLA	22,00
Falanghina - Campania	
RIBOLLA GIALLA - MARJAN SIMCIC	26,00
Ribolla gialla - Friuli Venezia Giulia	
PINOT GRIGIO - MASÙT DA RIVE	24,00
Pinot grigio - Friuli Venezia Giulia	

RED WINES

CURTEFRANCA MANDOLA ROSSO - F.LLI BERLUCCHI	20,00
Cabernet Franc, Merlot - Lombardia	
MORELLINO DI SCANSANO - TRENZI	20,00
Sangiovese - Piemonte	
VALPOLICELLA SUPERIORE SAN PERETTO - ROBERTO MAZZI	26,00
Corvina, Rondinella, Molinara - Veneto	
LANGHE NEBBIOLO - PARUSSO	26,00
Nebbiolo - Piemonte	

BOLLICINE

FIOL	22,00
Prosecco DOC - Veneto	
CUVÉE PRESTIGE - CA' DEL BOSCO	45,00
Franciacorta - Lombardia	
FERRARI PERLE'	35,00
Trento DOC Millesimato - Trentino	
FERRARI PERLE' ROSE'	50,00
Trento DOC - Trentino	
MOËT & CHANDON	95,00
Champagne - Francia	

DRINKS

ACQUA NATURALE/FRIZZANTE (50 CL)	2,50
SOFT DRINK	4,00
SUCCHI DI FRUTTA	4,00
BIRRA CHIARA IN BOTTIGLIA Ichnusa Cruda – Singha	6,00
BIRRA IPA IN BOTTIGLIA Brew Dog Punk Ipa	6,00
CALICE DI VINO	6,00
CALICE DI SPUMANTE ITALIANO (FRANCIACORTA / FERRARI)	8,00
CALICE DI SPUMANTE CHAMPAGNE	12,00
AMARI	5,00
SPRITZ	6,00
COCKTAIL	8,00

EGGS SERVITE CON CROSTINI

SCRAMBLED EGGS AL PROSCIUTTO COTTO PRO	8,00
SCRAMBLED EGGS AL BACON PRO	8,00
SCRAMBLED EGGS AL SALMONE AFFUMICATO Ω3	9,00

CLUBS SERVITI CON PATATA BAKED E MISTICANZA

CLUB SANDWICH GSIF Pane in cassetta, tacchino arrosto GSIF, uovo sodo, bacon, pomodoro, lattuga, dressing GSIF	14,00
SALMON CLUB SANDWICH Ω3 Pane in cassetta integrale, salmone affumicato, cream cheese, cetriolo fresco, lattuga romana, senape all'aneto, limone, pepe	15,00
VEGGIE CLUB SANDWICH VEG Pane in cassetta integrale, fior di latte, zucchine e melanzane grigliate, pomodoro, rucola, patè di olive taggiasche	13,00
ITALIAN CLUB SANDWICH PRO Pane in cassetta, crudo di Parma, fior di latte, pomodoro, rucola, olio EVO, sale, pepe	14,00
ROAST BEEF CLUB SANDWICH PRO Pane in cassetta, roast beef GSIF, edamer cheese, pomodoro, lattuga, salsa tartara	14,00

SIDES

PATATE AL FORNO	5,00
BAKED POTATO SERVITA CON CREAM CHEESE	5,00
INSALATINA MISTA - MISTICANZA, CAROTE E POMODORINI	5,00
THAI RICE	5,00
AVOCADO	6,00
PANE ARABO	1,00

DESSERT

TORTE E DOLCI DEL GIORNO	6,00
TORTA CAPRESE AL CIOCCOLATO	6,00
CROSTATA DI MARMELLATA	6,00
CROSTATINE DI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	6,00
BROWNIES	6,00
TIRAMISU'	6,00
CHEESECAKE	6,00
GELATO ALLA CREMA	6,00
AFFOGATO AL CAFFÈ	6,00
GELATO CON MACEDONIA DI FRUTTA	6,00
YOGURT GRECO CON MACEDONIA DI FRUTTA	6,00
MACEDONIA DI FRUTTA	5,00
ANANAS	5,00

HEALTHY BOWLS

MANGO BOWL	7,00
Polpa di mango*, acqua di cocco, granola, fragole, kiwi, mandorle	
PAPAIA BOWL	7,00
Polpa di papaia*, acqua di cocco, banane, tapioca, cocco disidratato, scaglie di cioccolato fondente	
AÇAI & GOJI BOWL	7,00
Polpa di açai*, latte di mandorla, banana, fragole, kiwi, bacche di goji, scaglie di cocco disidratato	
YOGURT DI SOIA, SEMI DI GIRASOLE E DI ZUCCA, FRUTTA SECCA E AGAVE	6,00
YOGURT GRECO CON FRUTTA SECCA, GRANOLA E MIELE	6,00

FRESH JUICES

1. MELA CAROTA LIMONE	6,00
2. SEDANO MELA LIME	
3. POMPELMO FINOCCHIO MELA	
4. ANANAS CETRIOLO ZENZERO	
5. FRAGOLA LAMPONE MELA	
SPREMUTA DI ARANCIA	
SPREMUTA DI POMPELMO	
SPREMUTA DI ARANCIA, MARACUJA E LIME	
SPREMUTA DI MELAGRANA	

WELLNESS SHOT

MELA ZENZERO CURCUMA PEPE	3,00
Antinfiammatorio - Aumenta le difese immunitarie	