

TARTARE



LA MAZARA

Gambero Rosso di Mazara*, Olive, Pomodoro, Avocado, Cornflakes, Salsa limone

11,95



L'ESOTICA SALMONE

Salmone marinato, Olio EVO, Mandorle, Pomodori, Mango

10,95



L'ESOTICA TONNO

Tonno, Olio EVO, Mandorle, Pomodori, Mango

10,95



LA PURA

Salmone marinato, Olio EVO, Pistacchi, Pomodori

9,95



LA PURA SPECIAL

Salmone marinato, Pistacchi, Olio EVO, Pomodori, Avocado

10,95



LA SFIZIOSA

Tonno, Olio EVO, Mandorle, Pomodori

9,95



LA SFIZIOSA SPECIAL

Tonno, Olio EVO, Mandorle, Pomodori, Avocado

10,95



LE TARTARINE

Tris di tartarine con Pane Carasau

- Salmone marinato, Olio EVO, Pomodori
- Tonno, Olio EVO, Pomodori, Olive
- Gamberi di Mazara*, Olio EVO, Pomodori, Olive

8,95



Il top per te che...

... "Lo stile conta anche a tavola"



LA EVERGREEN 🐟🥑🥜🌿

Riso bianco, Salmone marinato, Avocado, Pomodori, Pistacchi, Salsa Ponzu, Sesamo nero, Cornflakes



L'ESPLORATRICE 🐟🥕🥒🌿

Riso integrale, Tonno, Zucchine, Carote, Anacardi, Salsa limone, Salsa greca, Sesamo bianco



LA PICCANTE 🐟🌿

Riso bianco, Salmone marinato, Cetrioli, Pomodori, Uva sultanina, Cipolla, Sesamo nero, Salsa piccante



LA CONTROCORRENTE 🐟🥕🥒🌿

Riso basmati, Pollo, Zucchine, Mandorle, Salsa soia, Carote, Cipolla croccante, Sesamo bianco



COUS COUS 🐟🥑🥜🌿

Cous cous, Salmone, Avocado, Pomodori, Pistacchi, Salsa Ponzu, Sesamo nero, Cornflakes

*Il nostro salmone è marinato a secco

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

Pesce €1,50 Pollo €1,00 Avocado €0,50



Il top per te che...

... adori mischiare ingredienti, sapori e colori.

... vuoi mangiare sano e buono anche quando il tempo è poco.

... "Quanto salmone e avocado ci vuoi?" "Sì"

LE MISTICANZE



SALMONE 🐟 🥑

Insalata misticanza, Salmone marinato, Avocado, Pomodori, Pistacchi, Olio EVO

11,95



TONNO 🐟 🥑

Insalata misticanza, Tonno, Zucchine, Anacardi, Cipolla croccante, Olio EVO

11,95



POLLO 🍷 🥑

Insalata misticanza, Pollo, Avocado, Mandorle, Salsa greca, Olio EVO

9,95

COTOLETTE

6,95



POLLO* ➡️ 🍷

Cotoletta di pollo con salsa a scelta (Ketchup o Maionese)



PESCE* ➡️ 🍷 🐟

Cotoletta di pesce con salsa a scelta (Ketchup o Maionese)



Il top per te che...

... con una panatura ben fatta
mangeresti qualsiasi cosa.
Se poi è anche sano, meglio!

PERSONALIZZA LA TUA BOLLA

10,95 REGULAR

13,95 LARGE

1. BASE (2 max)

- Riso bianco
- Riso basmati
- Riso integrale
- Riso nero +€0,50
- Cous Cous
- Misticanza

2. PROTEINE (2 max)

- Tonno
- Salmone marinato
- Branzino marinato
- Gambero cotto
- Polpo +€1,00
- Tofu
- Pollo CBT

3. VERDURE (3 max)

- Verza rossa
- Verza bianca
- Cetrioli
- Pomodori
(aglio + olio EVO)
- Avocado
- Cipolla
- Carote
- Zucchine
- Peperoni
- Mais
- Mango
- Ceci
- Edamame
- Rapa rossa

4. SALSE (2 max)

- Soia
- Greca
- Yuzu
- Piccante
- Miele
- Limone
- Soia gluten free
- Ponzu
- Maionese
- Soia caramellata
- Olio EVO
- Rapunzel (rapa rossa)
- Romolino (salsa zucchine)
- Philadelphia (salsa)

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- Pesce €1,50
- Pollo €1,00
- Avocado €0,50

5. CRUNCHY (2 max)

- Noci
- Pistacchi
- Sesamo nero
- Sesamo bianco
- Cipolla croccante
- Pomodori secchi
- Anacardi
- Uva sultanina
- Olive taggiasche
- Cornflakes
- Mandorle



Il top per te che...

... "Lascia fare a me,

so cavarmela in questo genere di situazioni!"

PANINI

MENU → Panino a scelta
+ Patatine



TONNO

Pane, Maionese, Tonno, Verza bianca, Cetrioli, Fetta pomodoro, Salsa miele, Cipolla croccante

SINGOLO 11,95 → **MENU** 14,45



SALMONE

Pane, Maionese, Salmone marinato, Avocado, Salsa ponzu, Pistacchio, Cornflakes

SINGOLO 9,95 → **MENU** 12,45



POLLO

Pane, Maionese, Pollo, Peperone giallo, Olive, Salsa Piccante, Mandorle, Cornflakes, Salsa Romolino

SINGOLO 9,95 → **MENU** 12,45



VEGETARIANO

Pane, Zucchine, Fetta pomodoro, Avocado, Salsa Rapunzel, Cipolla croccante

SINGOLO 7,95 → **MENU** 10,45



COTOLETTA POLLO

Pane, Cotoletta pollo*, Misticanza, Fetta pomodoro, Salsa a scelta (Ketchup o Maionese)

SINGOLO 8,95 → **MENU** 11,45



COTOLETTA PESCE

Pane, Cotoletta pesce*, Misticanza, Fetta pomodoro, Salsa a scelta (Ketchup o Maionese)

SINGOLO 8,95 → **MENU** 11,45

SALSA EXTRA

+0,30

- Piccante
- Soia caramellata
- Greca
- Rapunzel (Rapa rossa)
- Romolino (Zucchine)



Il top per te che...

*... pensavi che il paradiso non esistesse
finché non hai letto gli ingredienti di questi panini
(cioè più o meno fino a 2 minuti fa)*

WRAP

SINGOLO

7,95

MENU

Wrap + Patatine

10,45



SALMONE

Piadina, Salmone marinato, Maionese, Avocado, Insalata iceberg, Pomodori, Cornflakes



POLLO

Piadina, Pollo, Maionese, Insalata iceberg, Olive, Peperoni, Pomodori, Cipolla croccante



CROCCANTE

Piadina, Pollo croccante*, Maionese, Insalata iceberg, Pomodori, Salsa soia caramellata



VEGETARIANO

Piadina, Hummus ceci, Zucchine, Insalata iceberg, Pomodori, Olio EVO

SFIZI



POLLETTI*

Stick di pollo leggermente speziati con salsa a scelta (Ketchup o Maionese)

4,95



PATATINE*

Con salsa a scelta (Ketchup o Maionese)

3,20

SALSA EXTRA

+0,30

- Piccante
- Soia caramellata
- Greca
- Rapunzel (Rapa rossa)
- Romolino (Zucchine)



Il top per te che...

... "Leggero sì, healthy sì,

ma se non è anche buono non se ne fa niente"

HUMMUS E VELLUTATE

7,95



L'HUMMUS DI CECI 🌿

Hummus di ceci, Cipolla croccante, Rapa rossa.

Ingredienti: Olio, Sale, Senape, Ceci, Curcuma, Paprika dolce



L'HUMMUS DI PEPERONI 🍆🌿🌶️

Hummus di peperoni, Zucchine, Pistacchi, Cipolla marinata.

Ingredienti: Olio, Sale, Ceci, Peperoni, Paprika dolce, Salsa greca



LA PERLA DI CECI

Ceci, Olio EVO, Carota,
Rosmarino, Cipolla, Sale

(Servita con crostini homemade)



LA STUZZICANTE DI POLPO 🦑

Ceci, Polpo, Olio EVO,
Carota, Rosmarino, Cipolla, Sale

(Servita con crostini homemade)



LA ZUPPA DI FAGIOLI 🌿

Fagioli, Olio EVO, Sedano,
Carota, Cipolla, Pomodori, Sale



Il top per te che...

... non rinunci a vellutate e zuppe neanche se fanno 32 gradi.

... la prima volta che hai assaggiato l'hummus
hai capito di non poterne fare più a meno.

KIDS' MENU

IL MENU GUSTOSO, SANO E DIVERTENTE

Pensato per tutti i bambini.

Colora con Romolino e tuffati in un mare di sapore!



MENU PANINO ➡️ 🐟

Panino a scelta tra
cotoletta pollo* e cotoletta pesce*
+ patatine* con salsa a scelta
(ketchup o maionese)
+ acqua 50 cl

MENU COTOLETTA ➡️ 🐟

Cotoletta* a scelta tra pollo e pesce
+ patatine* con salsa a scelta
(ketchup o maionese)
+ acqua 50 cl



Il top per te che...

*... "prendo quello che prendono i grandi,
però più buono"*



TORTINO NERO FONDENTE

Tortino con
cioccolato fondente



TORTINO CIOCCOLATO BIANCO

Tortino con
cioccolato bianco



TIRAMISÙ

Mascarpone, Uova pastorizzate,
Zucchero, Savoiard, Caffè, Cacao amaro



CHEESECAKE

Philadelphia, Panna,
Biscotti Digestive, Burro, Zucchero

Topping a scelta tra:

- Nutella
- Pistacchio
- Caramello
- Frutti di bosco



Il top per te che...

*... se non mangi il dolce ti senti
come se avessi saltato il pasto.*

ESTRATTI

PREZZO PROMO
LANCIO
3,95



TROPICAL BLOOD

Mela, Mango,
Maracuja



PINK PASSION

Arancia, Carote, Pera, Mela,
Pitaya, Limone, Zenzero



FOREVER YOUNG

Ananas, Papaya,
Carote, Zenzero



GREEN DETOX

Ananas, Cetriolo, Lime

BEVERAGE

Caffè	1,20
Caffè decaffeinato	1,50
Ginseng	2,00
Acqua in BRICK	2,00
Acqua Frizzante	1,50
Coca Cola in vetro	3,00
Coca Cola ZERO	3,00
Fanta in vetro	3,00
Estathe alla pesca	2,50
Estathe al limone	2,50
Birra Corona	3,50
Birra Messina	4,00
Birra Ichnusa	3,50
Soave DOC 375 ml	7,95
Pinot Grigio DOC 375ml	7,95
Prosecco DOCG 375ml	8,95
Aperol Spritz	7,00

TOP



ACQUA IN BRICK

Lo sai che la confezione della nostra
acqua è per oltre il 70% composta
da materie prime rinnovabili?



confezione
riciclabile



una scelta per
l'ambiente



confezione per
il 76% da fonti
vegetali



*Il top per te che...
... "il solito, grazie"*

ALLERGENI

Si avvisa la gentile clientela che nella nostra attività sono presenti allergeni; pertanto si invitano le persone allergiche o intolleranti a chiedere informazioni al personale.

I piatti contrassegnati con () sono preparati con materia prima congelata o surgelata all'origine -
°Alcuni prodotti freschi di origine animale, così come i prodotti della pesca somministrati crudi, vengono sottoposti ad abbattimento rapido di temperatura per garantire la qualità e la sicurezza, come descritto nel Piano HACCP ai sensi del Reg. CE 852/04 e Reg. CE 853/04.

ALLERGENI:

In caso di allergie e/o intolleranze avvisa il personale Spazio Romolo



Cereali



Frutta A Guscio



Crostacei



Sedano



Uova



Senape



Pesce



Semi Di Sesamo



Arachidi



Anidride solforosa e solfiti



Soia



Lupini



Lattosio



Molluschi

