

BIRRE

ITALIANE IN BOTTIGLIA 0,33 CL.

5€

Ichnusa non filtrata, Daura gluten free

ARTIGIANALI IN BOTTIGLIA 0,33 CL.

6€

Birrificio Italiano

Tipopils 5,2 % vol. (chiara, luppolata e leggera)

B.I. Waizen 5 % vol. (chiara, malto di frumento e molto profumata)

Bibock 6,2 % vol. (ambrata, fruttata, doppio malto e beverina)



GUD DRINKS

Gud Spritz

Aperol, Cinar, Prosecco, Succo Pomplemo



7€

Gud Mule

Rabarbaro Zucca, Lime, Ginger Beer

7€

Sbagliatissimo Gud

Punt e Mes, Campari, Prosecco, Tonic, Gocce Segrete

7€

Gud & Tonic

Gin Mare, Arance Amare, Orange Bitter, Tonic

10€

Mojito Gud

Rum Chiaro e Scuro, Zucchero Canna,

Lime, Menta Fresca, Succo Melograno

7€

Caipi Gud

Cachaca, More e Zenzero Fresco, Lime

7€

Gud 0%

Succo di Mela e Pompelmo Rosa, Orzata

6€

Drinks combinati

7€

Zero
alcol



...dalla cantina

Vini Bianchi X X

- Grechetto, Fioranello, Tenuta di Fiorano, Lazio
- Falanghina del Beneventano IGT Campania De Falco Vini
🍷 calice 6€ 🍷 bottiglia 25€
- Gewurtztraminer Az. agricola Roeno, Trentino
- Don Pietro Catarratto Igp Bio Sicilia Principi di Spadafora
- Verdicchio Classico Sup. Casal di Serra Doc Bio Marche
Azienda Vinicole Umani Ronchi
🍷 calice 5€ 🍷 bottiglia 25€

Vini Rossi

- Don Pietro Nero d'Avola Igp Bio Sicilia Principi di Spadafora
- Montepulciano d'Abruzzo Doc Eikos Bio Az. Agr. Agriverde
- Don Pietro Syrah Igp Bio Sicilia Principi di Spadafora
🍷 calice 5€ 🍷 bottiglia 25€
- Cabernet Sauvignon, Fioranello, Tenuta di Fiorano, Lazio
🍷 calice 7€ 🍷 bottiglia 30€
- Barbera d'Alba "Pelisa" d.o.c. Piemonte Monchiero Carbone
🍷 calice 5,50€ 🍷 bottiglia 25

Bollicine

- Prosecco di Valdobbiadene DOCG Brut "Bareta" Veneto, Merotto
🍷 calice 6€ 🍷 bottiglia 25€
- Franciacorta, Barone Pizzini, Animante Extra Brut
🍷 calice 8€ 🍷 bottiglia 40€
- Franciacorta, Barone Pizzini, Animante Rosè Extra Brut
🍷 calice 10€ 🍷 bottiglia 40€

Stu
Stu



CAFFETTERIA E TISANE

Caffè	1€
Caffè decaffeinato	1,30€
Caffè americano	1,30€
Marocchino	1,30€
Cappuccino (classico, mandorle, soia)	1,50€
Cappuccino decaffeinato	1,80€
Caffè shakerato	3,50€
Latte macchiato (classico, mandorle, soia)	2,30€
Te Damman Freres (verde, nero, bianco)	3,00€



Tisana Fid Ji (mela, zenzero, lime, citronella, arancia)	3,00€
Tisana rooibos (infusione a basso contenuto di tannini senza caffeina)	3,00€



BEVERAGES

Acqua	1€
Soft drinks	3,50€
Ginger beer	4€
Crodino - San Bitter	3,50€
Amari e liquori	3,50€ / 5€
Pomodoro condito	5€



SOFT DRINKS

Red Bull Energy Drink	4€
Red bull, lime, sugarfree	

ORGANICS SOFT DRINK BIO

Organics Ginger Ale	5€
Organics Bitter Lemon	5€
Organics Tonic Water	5€

hot drinks

4,00€

Golden drink

Latte di cocco, curcuma, zenzero, cardamomo, pepe, sciroppo d'acero, zucchero di cocco

Maca Cacao

Latte di cocco, cacao, maca, sciroppo d'acero, vaniglia, cannella, zucchero di cocco

Matcha Latte

Latte di cocco, matcha, sciroppo d'agave, cardamomo

Cioccolata calda

3,50€ | con panna ▶ 4€



CENTRIFUGHE NATURALI 5€

5-A-Day-Vitaminico

Barbabietole, carote, sedano, finocchio, cetriolo, zenzero, limone

So Green-detox

Cetriolo, ananas, finocchio, limone spirulina

Bodyguard-drenante

Mela, carote, sedano, zenzero



FRESH JUICE

Ananas fresco, Mela fresco 5€
Arancia spremuta, Pompelmo 4€

Fresh Fruit

Smoothies 6€

Gud Morning - proteico

Fragole, avocado, latte di cocco, acai, limone, sciroppo d'acero

Gud Looking - anti aging

Mirtilli, fragole, mela, latte di cocco, latte di mandorle, bacche di goji, agave, limone, vaniglia, chia

Gud Love - energizzante

Banana, latte di cocco, cacao, datteri, sciroppo d'acero maca, lucuma, chia, curcuma, cannella, proteine della canapa

CROISSANT & MUFFIN

Vuoto, vegana farro e quinoa, albicocca, cioccolato, crema, cereali e miele 1,50€
Muffin cioccolato, mela, mirtillo 3€
Mini muffin cioccolato, mirtillo 1€



Pane & ChocoHealth 2,50€

Pane di segale croccante con crema artigianale alla nocciola: ricca di fibre, fermenti lattici e stevia per un giusto equilibrio giornaliero

Biscotteria Secca 2€

in vetrina

Sbrisolona / Frolla integrale cioccolato fondente o al latte

CROISSANT SALATI

Cotto e formaggio 3€



TRAMEZZINI

Speck 4€
Cotto 4€
Tonno 4€
Vegetariano 4€
Paninetti della tradizione 4€



XX Mini Focaccina Ø12

coming soon

AVO TOAST 5€

Avo Treat

Pane di segale, avocado, ravenello

Let's Avo!

Pane di segale, avocado, cetriolo sott'aceto

Avocado smash

Avocado, pomodori



try our famous

ITALIAN CIRASCI BOWLS



Nasce dall'interpretazione del classico chirashi della cucina giapponese, da noi preparato utilizzando riso nelle varietà integrale e basmati, cotti con il classico metodo del sushi e condito con materie prime della cucina italiana, mediterranea ed internazionale.

"El Cirasci de Milan" 10€

Riso basmati, Salsa allo Zafferano, Ragù di Ossobuco con Gremolada

Hawaiano 12€

Basmati, tonno pinne gialle marinato da noi, sesamo, salsa di soia, cipollotto, avocado ed alga wakame

Veggy-gud 9€

Riso rosso integrale, dadolata di verdure di stagione, pinoli tostati, curry dolce e olio al peperoncino

Sea-ciliano 10€

Riso rosso integrale, Pesto di Pomodori Secchi, Mozzarella di bufala Campana, gamberi, capperi croccanti, origano, Zest di Limone

Sea bowl 11€

Riso selvaggio, salmone marinato da noi, avocado, mango, semi di lino/papavero, salsa soia

Le Focacce CLASSICHE E GOURMET



La nostra focaccia è fatta con un impasto di farine integrali biologiche, con lievitazione naturale di 24 ore, croccante e leggero. La focaccia viene cotta al momento e condita con materie prime di qualità e freschezza, le migliori che il mercato ci può offrire.

Strepitosa 10€

Stracciatella pugliese, pomodorini ciliegia, rucola, prosciutto crudo di parma

Spirulina 11€

Focaccia con alga spirulina, patate all'olio evo, polpo al vapore

Lussuria 13€

Salmone Marinato da noi, creme fraiche d'isigny, polvere di caviale calvisius

Paesana 10€

Mortadella, pinoli tostati, pesto di pomodoro secco, mozzarella di bufala campana

da provare

...che zuppa!



Orto Zen 8€

Vellutata di Zucca, Verdure di stagione al Forno, Pinoli Tostati, Spinacino fresco e Zenzero

Ligure 9€

Vellutata di patate gialle, Polpo cotto al vapore, Olive Taggiasche Soffiate, Pesto alla Genovese

Pollo Orientale 9€

Vellutata di patate gialle, Bocconcini di pollo italiano allevato a terra, Sesamo, cipollotto, Zest di lime



* I prodotti ittici serviti crudi vengono abbattuti. In caso di mancanza di prodotto fresco alcuni prodotti potrebbero essere congelati. - Gli allergeni individuati dal Reg UE N. 1169/2001 sono sottolineati. Chiedere al nostro personale di sala per eventuali dettagli.