

DII	DDH	IA D	$\cap M$	10
DU	חטט	IA D	\cup \vee	ட

ZUCCONA , pasta integrale, zucca al forno, spinacino, carciofi, feta, crema e semi di zucca.	11,50€
ARGENTINA 2.0, riso venere integrale, gamberi argentini, pomodorini confit, zucchine, avocado e salsa cremosa alla soia.	12,00€
NORVEGESE, riso basmati, salmone al forno con sale affumicato, edamame, cavolo cappuccio viola fine fine, crema di avocado e semi misti.	12,00€
NAZIONALE, riso basmati e venere integrale, pollo italiano, avocado, pomodorini, olive taggiasche in olio EVO e salsa piccantina.	11,00€
FLAVOURITE, riso venere integrale, radicchio arrostito, carote mandorlate, avocado, uovo mollè, hummus, spolverata di nocciole e salsa vegan. E' tornata la prima BB di @flavouriteplace	12,50 €

COMPONI LA TUA BUDDHA BOWL

1. Venere integrale / Basmati / Misticanza / Pasta integrale	5,50€
<u>2.</u>Gamberi argentini al curry / Mozzarella di bufala affumicataGamberi argentini al vapore / Salmone affumicato /Salmone al forno /	3,50 € 3,00 €
Pollo al curry / Tonno sott'olio	2,50 €
Pollo / Ceci al curry / Hummus di ceci	2,00 €
Feta / Uovo mollè /Edamame	1,50 €
3. Avocado / Olive taggiasche Carote mandorlate / Carciofo / Pomodorini confit Zucchine / Zucca al forno Finocchio gratinato / Radicchio arrostito Spinacino / Pomodorini / Cavolo cappuccio Alga Spirulina BIO, ricca di FERRO @pratodellavoja_biospirulina	2,00 € 1,50 € 1,00 € 1,00 €
4. Salsa: piccantina / soia cremosa / caesar / vegan / zucca / mayo allo zenzero Frutta secca: noci / mandorle / semi misti / semi di	0,50 € 1,50 €
zucca / nocciole	
ANGOLO ASIATICO	

ANGOLO ASIATICO

YAKISOBA, noodles con verdure, shitake e soia.	12,00€
Uovo	+1€
Gamberi	+3€

YIN E YANG

Cremoso curry di verdure, cotto con latte di cocco e riso basmati in accompagnamento in tre versioni, tutte da provare. 12,00€ Pollo 13,50€ Gamberi argentini 11,00€ Ceci

COLOUR BURGER

COLORATI DALLA NATURA

14,00€

GAMBERO ROSA con gamberi saltati, insalata,

formaggio spalmabile, rucola, avocado, pomodorini confit e salsa rosa.	
IL GORGO DELLE CHEF con 200 gr scottona marchigiana, insalata, pomodori, fontina, gorgonzola, mayo allo zenzero e cipolle di tropea caramellate.	13,00 €
BABY con scottona marchigiana, fontina e maio	9,00€
Contorno incluso: patatine o misticanza	
Contorni sfiziosi: patate al forno, carote mandorlate, zucca "alla Bamboo", finocchio gratinato	+ 1,50 €

WRAP & CONTORNI SFIZIOSI

COMBO PERFETTA

CURCUMA, piadina alla curcuma con pollo, bacon,	8,50€
insalata, pomodoro, cavolo cappuccio e maio allo	
zenzero.	
SPIRULINA, piadina alla spirulina con salmone al	9,50€
forno, formaggio spalmabile, insalata, avocado,	
cipolle crispy, glassa teryaki.	

CONTORNI SFIZIOSI 4,00 €

Carote mandorlate Zucca "alla Bamboo" Radicchio arrostito Hummus di ceci fatto in casa Finocchi gratinati Misticanza, pomodorini e taggiasche

INSALATE GOURMET

1110/12/112 000111121	=
ATLETA, bresaola, riso basmati o venere e verdure a scelta.	11,50€
CAESAR SALAD, con tagliata di pollo italiano, crostini caserecci, scaglie di grana e salsa caesar.	10,50€
+ bacon	+1,00€
CAESAR DI MARE, con gamberi argentini al vapore, scaglie di grana, crostini caserecci e salsa caesar.	12,00€
TIROLESE, con bresaola, mozzarella fior di latte, pera, carciofi, frutta secca, semi misti e salsa yogurt.	11,50€



Bamboo Natural Bistrò

Via Don Pietro Belotti, 49 - Grumello del Monte (BG) bamboonaturalbistro@gmail.com Per prenotazioni 375/6516318



SCROCCHIARELLA SANDWICH

CROCCANTE E ABBONDANTE

COTTO , con prosciutto cotto, fior di latte, insalata e pomodoro.	8,50 €
CRUDO, con prosciutto crudo di Parma, formaggio spalmabile e rucola.	9,50 €
BRESAOLA, con bresaola, fior di latte, rucola e pomodoro.	9,50 €
TONNATO , tonno, fior di latte, pomodori e emulsione al basilico.	9,00€
AFFUMICATO , con salmone affumicato, formaggio spalmabile, misticanza, pomodorini confit ed emulsione al basilico.	10,00€
VERDURE, con fior di latte e verdure del giorno.	8,50 €
A TUTTA ZUCCA, con speck, mozzarella di bufala affumicata, zucca al forno, crema di zucca, salsa alle cipolle caramellate e semi di zucca. Presentata al Sigep 2023	10,00€

Alcuni prodotti da forno potrebbero essere stati abbattuti all'origine dal produttore.

I CLASSICI DAL FORNO

Maxi Toast cotto e formaggio	5,00€
Pizza Margherita	5,00€
Pizza prosciutto cotto	5,50 €
Pizza prosciutto crudo	5,80 €
Piadina cotto e formaggio	5,00€
Piadina crudo e formaggio	5,50€
Piadina Nutella	4,80 €

Il pesce e la carne cruda somministrati presso Bamboo sono prevalentemente abbattuti all'origine. Le pietanze servite possono contenere tracce dei seguenti allergeni: Pesce, Crostacei, Lattosio, Frurtta a guscio, Soia, Sesamo, Uova, Glutine, Senape, Arachidi e Solfiti ai sensi del Reg. UE 1169/11.

Avvertire il personale di eventuali intollerenze e/o allergie.

DOLCEZZE

Crostata della Vero, Nutella o marmellata	3,50 €
Crostata Vegana frolla multicereale con marmellata di lamponi e sambuco	3,90 €
Tortino al cioccolato con cuore caldo	5,50 €
Crema latte con frutta e crumble di Oreo	4,50 €
Scrocchiarella alla Nutella DA CONDIVIDIERE!!	7,80 €

ESTRATTI

PREPARATI AL MOMENTO

Arancia	4,00 €
Pompelmo rosa	4,00€
Arancia e Melograno	4,70 €
Brucia Grassi - Pompelmo rosa, Ananas, Lime e	5,00€
Zenzero	5,00€
Salute - Arancia, Carota e Limone	5,00€
Detox – Mela, Limone e Zenzero	5,00 €
Energia positiva - Ananas, Frutti di bosco e Lime	5,00 €

CAFFETTERIA GOLOSA

Crema al caffè	2,50 €
Crema al caffè affogata	3,50 €
Crema al latte	3,00€
Caffe Golosi con caramello, pistacchio o cioccolato	3,00€

DRINK DA PASTO

Spritz / Passion Spritz	5,00 €
Hugo	5,00 €
Campari Orange	5,00 €
Moscow Mule	6,00 €
Mojito	6,00€
Gin Tonic	
Hendrick's	8,00€
Gin Mare	8,00€
Ondina, ligure	8,00€
Analcolico con estratto di frutta	5,00 €
Birra alla spina	3,00 / 5,00 €
Birra della Concarena 50 cl	6,50 €
IPA / BIONDA /ROSSA	
Prosecco Valdobbiadene	4,00€
Lugana Le Morette, az. agr. Zenato	4,00€
Selezione di Vini Naturali SARFATI	5,00 €