



## BUDDHA BOWLS

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

## COMPONI LA TUA BUDDHA BOWL

<b>1.</b> Venere integrale / Basmati / Misticanza / Pasta integrale	5,50 €
<b>2.</b> Mozzarella di bufala affumicata Gamberi argentini al vapore / Salmone affumicato / Salmone al forno / Tonno sott'olio Pollo / Hummus di ceci Feta / Uovo mollè / Edamame	3,50 € 3,00 € 2,50 € 2,00 € 1,50 €
<b>3.</b> 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 €
<b>4.</b> Salsa: piccante / soia cremosa / caesar / vegan / zucca / mayo allo zenzero Frutta secca: noci / mandorle / semi misti / semi di zucca / nocciole	0,50 € 1,50 €

## ANGOLO ASIATICO

<b>YAKISOBA</b> , noodles con verdure, shitake, zenzero, soia e poco peperoncino. Spolverata di mandorle a lamelle	12,00 €
Uovo	+1€
Gamberi	+3€

## COLOUR BURGER

### COLORATI DALLA NATURA

<b>GAMBERO ROSA</b> con gamberi saltati, insalata, formaggio spalmabile, rucola, avocado, pomodorini confit e salsa rosa.	14,00 €
<b>IL GORGO DELLE CHEF</b> con 200 gr scottona marchigiana, insalata, pomodori, fontina, gorgonzola, mayo allo zenzero e cipolle di tropea caramellate.	13,00 €
<b>BABY</b> con scottona marchigiana, fontina e maio	9,00 €
<b>Contorno incluso:</b> patatine o misticanza	
<b>Contorni sfiziosi:</b> patate al forno, carote mandorlate, zucca "alla Bamboo", finocchio gratinato	+ 1,50 €

## WRAP & CONTORNI SFIZIOSI

NEW

### COMBO PERFETTA

<b>CURCUMA</b> , piadina alla curcuma con pollo, bacon, insalata, pomodoro, cavolo cappuccio e maio allo zenzero.	8,50 €
<b>SPIRULINA</b> , piadina alla spirulina con salmone al forno, formaggio spalmabile, insalata, avocado, cipolle crispy, glassa teryaki.	9,50 €
<b>CONTORNI SFIZIOSI 4,00 €</b> Carote mandorlate Zucca "alla Bamboo" Radicchio arrostito Hummus di ceci fatto in casa Finocchi gratinati Misticanza, pomodorini e taggiasche	

## INSALATE GOURMET

<b>ATLETA</b> , bresaola, riso basmati o venere e verdure a scelta.	11,50 €
<b>CAESAR SALAD</b> , con tagliata di pollo italiano, crostini caserecci, scaglie di grana e salsa caesar. + bacon	10,50 € +1,00 €
<b>CAESAR DI MARE</b> , con gamberi argentini al vapore, scaglie di grana, crostini caserecci e salsa caesar.	12,00 €
<b>TIROLESE</b> , 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

<b>COTTO</b> , con prosciutto cotto, fior di latte, insalata e pomodoro.	9,00 €
<b>CRUDO</b> , con prosciutto crudo di Parma, formaggio spalmabile e rucola.	10,00 €
<b>BRESAOLA</b> , con bresaola, fior di latte, rucola e pomodoro.	9,50 €
<b>TONNATO</b> , tonno, fior di latte, pomodori e emulsione al basilico.	9,00 €
<b>AFFUMICATO</b> , con salmone affumicato, formaggio spalmabile, mistanza, pomodorini confit ed emulsione al basilico.	10,00 €
<b>VERDURE</b> , con fior di latte e verdure del giorno.	8,50 €

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

## I CLASSICI DAL FORNO

Maxi Toast cotto e formaggio	6,00 €
Pizza Margherita	5,00 €
Pizza prosciutto cotto	5,50 €
Pizza prosciutto crudo	5,80 €
Piadina cotto e formaggio	5,50 €
Piadina crudo e formaggio	6,00 €
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, Frutta a guscio, Soia, Sesamo, Uova, Glutine, Senape, Arachidi e Solfiti ai sensi del Reg. UE 1169/11.

Avvertire il personale di eventuali intolleranze e/o allergie.

## DOLCEZZE

Crostata della Vero, Nutella o marmellata	4,00 €
Crostata Vegana frolla multicereale con marmellata di lamponi e sambuco	4,00 €
Semifreddo meringa	5,00 €
Mini soufflé al cioccolato	1,50 €
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 €
<b>Brucia Grassi - Pompelmo rosa, Ananas, Lime e Zenzero</b>	5,00 €
<b>Salute - Arancia, Carota e Limone</b>	5,00 €
<b>Detox - Mela, Limone e Zenzero</b>	5,00 €
<b>Energia positiva - Ananas, Frutti di bosco e Lime</b>	5,00 €

## CAFFETTERIA GOLOSA

Crema al caffè	2,50 €
Crema al caffè affogata	3,50 €
Crema al latte	3,00 €
Caffè 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 €

**Bamboo Natural Bistrò**

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

