

LUNCH & DINNER

COPERTO	3,00		
Dal lunedì al venerdì dalle 15.00 durante il weekend e festivi tutto il giorno			
GSTF ALL DAY			
TROFIE AL PESTO <small>VEG</small>	15,00	MACCHERONCINI ALL'AMATRICIANA <small>PRO</small>	15,00
Trofie al pesto servite con fagiolini, patate, pinoli e basilico		Maccheroncini all'amatriciana con guanciale croccante e parmigiano	
1, 5, 7, 8		1, 3	
RISOTTO AL FRANCIACORTA <small>GSTF</small>	16,00	POLLO AL CURRY <small>PRO</small>	16,00
Serviti con gamberoni*		Pollo al curry servito con riso Thai e coriandolo	
2, 7, 9		7	
GUACAMOLE <small>VEG</small>	9,00		
Smashing avocado condito con olio, sale, pepe, coriandolo, lime e accompagnato con concassé di pomodoro, cipolla rossa, jalapeno e nachos			
1, 2			
GSTF SHARES			
HUMMUS <small>VEG</small>	8,00	GUACAMOLE <small>VEG</small>	9,00
Crema di ceci e paprika servita con pita*		Smashing avocado condito con olio, sale, pepe, coriandolo, lime accompagnato con concassé di pomodoro, cipolla rossa, jalapeño e nachos	
1, 11, 12		12	
PINZIMONIO servito con citronette alla senape	9,00	PIZZETTA MARGHERITA <small>GSTF</small>	10,00
<small>VEG NEW</small>		1, 7, 8, 12	
9, 10			
PIZZA MARGHERITA GRANDE <small>GSTF</small>	15,00		
1,7,8,12			

GSTF SALADS

CHICKEN CAESAR SALAD GSTF

17,00

Pollo alla piastra, crispy bacon, lattuga, scaglie di grana, crostini di pane, dressing GSTF Caesar (grana e acciughe)

1, 3, 4, 7, 12

WINTER QUINOA SALAD VEG NEW

16,00

Quinoa, feta, cavolo nero, finocchi, arance, olive, pinoli, timo, citronette all'arancia

7, 8

AVOCADO SALAD GSTF GSTF

18,00

Avocado, gamberi* alla piastra, songino, semi di zucca e girasole, cipolla di Tropea e citronette dolce alla curcuma

2, 8, 12

GSTF SANDWICHES

GSTF CLUB SANDWICH con patate al forno e salsa rosa GSTF

18,00

Pane in cassetta, tacchino arrosto GSTF, uovo sodo, bacon, pomodoro, lattuga, dressing GSTF

1, 3, 6, 7, 10, 12

GSTF SALMON & GUACAMOLE CLUB SANDWICH con patate al forno e salsa rosa Ω3

19,00

Pane in cassetta integrale, salmone affumicato, cream cheese, senape all'antica, guacamole, cetriolini sott'aceto, lattuga romana, limone, pepe

1, 4, 6, 7, 10, 12

BACON CHEESE BURGER con patate al forno e salsa rosa GSTF

20,00

Pane, hamburger, crispy bacon, cheddar, insalata, pomodori, salsa bbq, cetriolini in agrodolce

1, 3, 7, 10, 11, 12

GSTF WOKS
WOK ROYALE - dalle 19 - minimo per 4 persone

 GSTF **NEW**

Componi la tua wok! Alla BASE veggio con cavolo cinese, carote, zucchine, fagiolini, broccoli e germogli di soia saltati in salsa GSTF AGGIUNGI a tuo piacimento pollo cotto a bassa temperatura, gamberi*, branzino*, peperoncino, coriandolo, lime, anacardi, salsa di soia e sriracha

2, 4, 6, 8, 12

64,00
PAD THAI ROYALE - dalle 19 - minimo per 4 persone

 GSTF **NEW**

Componi il tuo Pad Thai Rise! Alla WOK BASE con uovo, fagiolini*, piselli*, germogli di soia, zenzero, succo di lime, gluten free soy sauce AGGIUNGI a tuo piacimento pollo cotto a bassa temperatura, gamberi*, branzino*, peperoncino, coriandolo, lime, anacardi, salsa di soia e sriracha

2, 4, 6, 8, 12

64,00
WOK DI POLLO E VERDURE servita con riso thai e semi di papavero

 GSTF 

Pollo cotto a bassa temperatura saltato con carote, zucchine, cavolo cinese, germogli di soia, broccoli, fagiolini* saltati e GSTF gluten free soy sauce

6, 12

17,00
WOK DI BRANZINO servita con riso thai e semi di papavero

 Ω3 **NEW**

Filetti di branzino* alle erbe, carote, zucchine, cavolo cinese, germogli di soia, broccoli, fagiolini, spinacino saltati con GSTF gluten free soy sauce

4, 6

18,00
WOK DI GAMBERI servita con riso thai e semi di papavero

 Ω3 **NEW**

Mazzancolle, cavolo cinese, germogli di soia, broccoli, fagiolini saltati con sriracha e GSTF gluten free soy sauce

4, 6, 9

18,00
WOK SALMONE servita con riso thai e semi di papavero

 Ω3 **NEW**

Salmone fresco, cavolo cinese, patate americane, fagiolini, germogli di soia, cipolla rossa sbollentata, mandorle lamellate, salsa ponzu al bergamotto

4, 6, 9

20,00
VEGGIE WOK servita con riso thai e semi di papavero

 VEG **NEW**

Carote, zucchine, cavolo cinese, germogli di soia, broccoli, fagiolini, sriracha saltati con GSTF gluten free soy sauce

6,11,12

16,00
PAD THAI RICE GSTF

GSTF

Riso saltato con uovo, gamberi*, fagiolini*, piselli*, coriandolo fresco, pestato di peperoncino, anacardi germogli di soia, cipollotto, zenzero, succo di lime, gluten free soy sauce

2, 3, 6, 8, 12

18,00
CHICKEN PAD THAI RICE

 GSTF **NEW**

Riso saltato con uovo, pollo, fagiolini*, piselli*, coriandolo fresco, pestato di peperoncino, anacardi germogli di soia, cipollotto, zenzero, succo di lime, gluten free soy sauce

3, 6, 8, 12

17,00
NOODLES DI MANZO

 GSTF **NEW**

Tagliolini con grano saraceno, uovo, jalapeno rosso, carote, cipollotti, peperoni, broccoli, anacardi, manzo marinato alla soia e lemon grass, salsa GSTF -Olio e semi di sesamo -Erba cipollina

1, 3, 6, 8, 11

19,00

GSTF MAIN COURSES
POLLO AL CURRY PRO

 Pollo al curry servito con riso Thai e coriandolo
 7

16,00
CHICKEN FINGERS GSTF

 Serviti con patate al forno e salsa rosa
 1, 3, 7

16,00
SHARES for APERITIF - dalle 18.00 alle 20.30
HUMMUS VEG

 Crema di ceci e paprika servita con pita*
 1, 11, 12

8,00
GUACAMOLE VEG

 Smashing avocado condito con olio, sale, pepe,
 coriandolo, lime accompagnato con concassé di
 pomodoro, cipolla rossa, jalapeño e nachos
 12

9,00
PINZIMONIO servito con citronette alla senape
VEG

9, 10

9,00
TEX MEX NACHOS GSTF

 Con formaggio fuso, jalapenno, guacamole e salsa
 messicana homemade
 7, 12

10,00
CHICKEN FINGERS GSTF

1, 3, 6, 10

12,00
TAGLIERE per 2 GSTF

 Selezione di salumi e formaggi serviti con focaccia
 1, 7, 12

16,00
PIZZETTA MARGHERITA GSTF

1, 7, 8, 12

10,00
PIZZA MARGHERITA GRANDE GSTF

1,7,8,12

15,00
SIDES
Baked Potato & cream cheese GSTF

7, 12

6,00
Patate arrosto VEG
6,00
Spinacino ripassato VEG
5,00
Riso Thai VEG
3,00
**Insalatina mista - misticanza, carote e
 pomodorini** VEG
5,00
1/2 avocado VEG
4,00

GSTF DESSERTS

GELATO 3, 7	6,00	AFFOGATO AL CAFFE' 3, 7	7,00
TIRAMISÙ * 1, 3, 7	7,00	CHEESECAKE * 1, 3, 7	7,00
TARTELLETTA DI FRUTTI DI BOSCO 1, 3, 7	7,00	BROWNIES 1, 6, 7	7,00
CROSTATA CON CONFETTURA Di albicocca, di fragola e di lamponi 1, 3, 7	7,00	CROSTATA RICOTTA E CIOCCOLATO <small>NEW</small> 1,3,6,7	7,00
CROSTATA PERE E CIOCCOLATO <small>NEW</small> 1,3,6,7	7,00	CROSTATA YOGURT E PESCHE <small>NEW</small> 1,3,7	7,00
<u>FRUITS & BOWLS</u>			
MACEDONIA	6,00	MACEDONIA CON YOGURT GRECO 7	7,00
MACEDONIA CON GELATO 7	7,00	YOGURT GRECO con granola e miele 1,7,8	6,00
ANANAS	6,00		

BRUNCH

Sabato, domenica e festivi dalle 12 alle 16

COPERTO 3,00

BRUNCH APERITIF

ROSSINI 8,00 **APEROL SPRITZ** 8,00
 Prosecco, polpa di fragole

GSTF ALL DAY

TROFIE AL PESTO VEG 15,00 **MACCHERONCINI ALL'AMATRICIANA** PRO 15,00
 Trofie al pesto servite con fagiolini, patate, pinoli e basilico
 Maccheroncini all'amatriciana con guanciale croccante e parmigiano
 1, 5, 7, 8, 1, 3

RISOTTO AL FRANCIACORTA Ω3 16,00 **POLLO AL CURRY** PRO 16,00
 Servito con gamberoni
 Pollo al curry servito con riso Thai e coriandolo
 2, 7, 9 7

GUACAMOLE VEG 9,00
 Smashing avocado condito con olio, sale, pepe, coriandolo, lime e accompagnato con concassé di pomodoro, cipolla rossa, jalapeno e nachos
 12

GSTF SHARES

HUMMUS VEG 8,00 **GUACAMOLE** VEG 9,00
 Crema di ceci e paprika servita con pita
 Smashing avocado condito con olio, sale pepe, coriandolo, lime e accompagnato con concassé di pomodoro, cipolla rossa, jalapeño e nachos
 1, 11, 12 12

TEX MEX NACHOS & FORMAGGIO VEG NEW 10,00 **PIZZETTA MARGHERITA** VEG 10,00
 Con piccola fonduta di formaggio, concassé di pomodoro e guacamole, peperoncino a fette
 7, 12 1, 7, 8, 12

GSTF SALADS

CHICKEN CAESAR SALAD <small>GSTF</small> <small>NEW</small> Pollo alla piastra, crispy bacon, lattuga, scaglie di grana, crostini di pane, dressing GSTF Caesar (grana e acciughe) 1, 3, 4, 7, 12	17,00	WINTER QUINOA SALAD <small>VEG</small> <small>NEW</small> Quinoa, feta, cavolo nero, finocchi, arance, olive, pinoli, timo, citronette all'arancia 7, 8	16,00
AVOCADO SALAD GSTF <small>Ω3</small> Avocado, gamberone* alla piastra, songino, semi di zucca e girasole, cipolla sbollentate e citronette dolce alla curcuma 2, 8, 12	18,00		

GSTF SPECIAL BRUNCH MENU'

CHICKEN FINGERS <small>GSTF</small> Serviti con patate al forno e salsa rosa 1, 3, 5, 6, 7	16,00	EGGS & BACON AVOCADO TOAST <small>GSTF</small> Pane con segale e semi con avocado, crispy bacon, uovo all'occhio di bue, erba cipollina e accompagnato con songino, pomodorini confit, rösti di patate e spinaci filanti 1, 3, 7, 12,11, 10	18,00
EGGS & SALMON AVOCADO TOAST <small>Ω3</small> Pane con segale e semi con avocado, salmone affumicato, uovo all'occhio di bue, cream cheese, erba cipollina, sesamo nero e accompagnato con songino, cipolla sbollentata, pomodorini confit, rösti di patate e spinaci filanti 1, 3, 4, 7, 11, 12,10	19,00	VEGGIE AVOCADO TOAST <small>VEG</small> Pane con segale e semi con guacamole, feta, pomodorini secchi, cipolla sbollentata, semi misti e accompagnato con songino, pomodorini confit, rösti di patate e spinaci filanti 1, 3, 7, 12,11,10	16,00
EGGS FLORENTINE <small>GSTF</small> Uova poché servite con bagel, salsa olandese, prosciutto cotto, spinaci filanti, sesamo nero e erba cipollina e accompagnate con songino e pomodorini confit 1, 3, 7, 12	18,00	EGGS BENEDICT ROYALE <small>Ω3</small> Uova poché servite con bagel, salsa olandese, salmone affumicato, sesamo nero, erba cipollina e accompagnate con songino e pomodorini confit 1, 3, 4, 7, 12	19,00

VEGGIE EGGS BENEDICT VEG

Uova poché servite con bagel, salsa olandese, spinacino, piselli, fagiolini, cipollotto, broccoli, erba cipollina, sesamo nero e accompagnate con songino e pomodorini confit

1, 3, 7, 11

16,00

CROQUE MOSIEUR GSTF

Toast con emmenthal, prosciutto cotto, besciamelle, germogli di pisello e accompagnato con songino, pomodorini confit, rösti di patate

1, 7, 12

16,00

CROQUE MADAME GSTF

Toast con emmenthal, prosciutto cotto, uovo all'occhio di bue, besciamelle, erba cipollina accompagnato con songino, pomodorini confit e rösti di patate

1, 3, 7, 12

17,00

PANCAKES**PANCAKES CON FRUTTI DI BOSCO E BANANE** VEG

Serviti con sciroppo d'acero

1, 3, 7, 12

12,00

PANCAKES con nutella VEG

Serviti con panna e nocciole

1, 3, 7, 8, 12

13,00

GSTF SANDWICHES**GSTF CLUB SANDWICH con patate al forno e****salsa rosa** PRO

Pane in cassetta, tacchino arrosto GStF, uovo sodo, bacon, pomodoro, lattuga, dressing GStF

1, 3, 6, 7, 10, 12

18,00

GSTF SALMON & GUACAMOLE CLUB SANDWICH**con patate al forno e salsa rosa** Ω3

Pane in cassetta integrale, salmone affumicato, cream cheese, guacamole, cetriolini sott'aceto, lattuga romana, senape all'antica, limone, pepe

1, 4, 6, 7, 10, 12

19,00

BACON CHEESE BURGER con patate al forno e**salsa rosa** GSTF

Pane, 150gr hamburger, crispy bacon, cheddar, insalata, pomodori, salsa bbq, cetriolini in agrodolce

1, 3, 7, 10, 11, 12

20,00

GSTF WOK

WOK ROYALE - minimo per 4 persone GSTF NEW

Componi la tua wok! Alla BASE veggio con cavolo cinese, carote, zucchine, fagiolini, broccoli e germogli di soia saltati in salsa GSTF AGGIUNGI a tuo piacimento pollo cotto a bassa temperatura, gamberi*, branzino*, peperoncino, coriandolo, lime, anacardi, salsa di soia e sriracha
 2, 4, 6, 8, 12

64,00

PAD THAI ROYALE - minimo per 4 persone GSTF NEW

64,00

Componi il tuo Pad Thai Rise! Alla WOK BASE con uovo, fagiolini*, piselli*, germogli di soia, zenzero, succo di lime, gluten free soy sauce AGGIUNGI a tuo piacimento pollo cotto a bassa temperatura, gamberi*, branzino*, peperoncino, coriandolo, lime, anacardi, salsa di soia e sriracha
 2, 4, 6, 8, 12

WOK DI POLLO E VERDURE servita con riso thai e semi di papavero GSTF

17,00

Pollo cotto a bassa temperatura, carote, zucchine, cavolo cinese, germogli di soia, broccoli*, fagiolini* saltati e new GSTF gluten free soy sauce
 6, 12

WOK SALMONE servita con riso thai e semi di papavero Ω3

20,00

Filetto di salmone, cavolo cinese, patate americane, fagiolini, germogli di soia, cipolla rossa sbollentata, mandorle lamellate, salsa ponzu al bergamotto
 4, 6, 8

PAD THAI RICE GSTF GSTF

18,00

Riso saltato con uovo, gamberi*, fagiolini*, piselli*, germogli di soia, cipollotto, coriandolo fresco, pestato di peperoncino, anacardi tostati, zenzero, succo di lime, gluten free soy sauce
 **accompagnato da
 2, 3, 6, 8, 12

SIDES

Baked potato & cream cheese VEG

6,00

7, 12

Patate al forno VEG

6,00

Insalatina mista - spinacino, songino, peperoni, finocchi, carote, scarola e pomodorini VEG

5,00

1/2 avocado VEG

4,00

GSTF DESSERTS

GELATO 3, 7	6,00	AFFOGATO AL CAFFE' 3, 7	7,00
TARTALLETTA DI FRUTTI DI BOSCO 1, 3, 7	7,00	TIRAMISÙ * 1, 3, 6, 7	7,00
CHEESECAKE * 1, 3, 7	7,00	BROWNIES 1, 6, 7	7,00
CROSTATA DI CONFETTURA Di albicocca, di fragola e di lampone 1,3,7	7,00	CROSTATA RICOTTA E CIOCCOLATO <small>NEW</small> 1,3,6,7	7,00
CROSTATA PERE E CIOCCOLATO <small>NEW</small> 1,3,6,7	7,00	CROSTATA YOGURT E PESCHE <small>NEW</small> 1,3,7	7,00

FRUITS & BOWLS

MACEDONIA	6,00	MACEDONIA CON YOGURT GRECO 7	7,00
MACEDONIA CON GELATO 3, 7	7,00	YOGURT GRECO con frutta, granola e miele 1,7,8	6,00
ANANAS	6,00		

LEGENDA PIATTI


VEG Vegetarian

PRO Proteico

GSTF Our Special

Ω3 Ricchi di Omega 3

NEW New

 Gluten Free Alert staff in case of celiac disease or allergies

***** I piatti contrassegnati con asterisco, sono preparati con materia prima surgelata o congelata all'origine

LISTA ALLERGENI

- 1 Cereali con glutine
- 2 Crostacei e prodotti a base di crostacei
- 3 Uova e prodotti a base di uova
- 4 Pesce e prodotti a base di pesce
- 5 Arachidi e prodotti a base di arachidi
- 6 Soia e prodotti a base di soia
- 7 Latte e prodotti a base di latte
- 8 Frutta in guscio e prodotti derivati
- 9 Sedano e prodotti a base di sedano
- 10 Senape e prodotti a base di senape
- 11 Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo
- 12 Solfiti
- 13 Lupino e prodotti a base di lupino
- 14 Molluschi e prodotti a base di molluschi