

MENÙ POKÈ BOWL



- SALMON BOWL**
Base a scelta, salmone, avocado, alghe wakame, edamame, pomodorini, sesamo

REGULAR | **LARGE**
€ 11,50 | € 14,50



- TUNA BOWL**
Base a scelta, tonno, alghe wakame, avocado, edamame, pomodorini, sesamo

REGULAR | **LARGE**
€ 11,50 | € 14,50



- SHRIMPS BOWL**
Base a scelta, gamberetti, alghe wakame, avocado, mais, zenzero marinato, sesamo

REGULAR | **LARGE**
€ 11,50 | € 14,50



- SQUID BOWL**
Base a scelta, tentacoli al vapore, carote, mais, avocado, ananas, sesamo

REGULAR | **LARGE**
€ 11,50 | € 14,50



- CHICKEN BOWL**
Base a scelta, pollo, edamame, cetriolo, zucchine, carote, sesamo

REGULAR | **LARGE**
€ 11,50 | € 14,50



- VEGAN BOWL**
Base a scelta, tofu, olive, pomodorini, carote, ceci, sesamo

REGULAR | **LARGE**
€ 11,50 | € 14,50



- MANGO BOWL**
Base a scelta, salmone, mango, avocado, edamame, pomodorini

REGULAR | **LARGE**
€ 11,50 | € 14,50



- MARINATED SALMON BOWL**
Base a scelta, salmone marinato, edamame, cetrioli, avocado, philadelphia, cipolla crispy

REGULAR | **LARGE**
€ 11,50 | € 14,50

GELATI MOCHI (€ 2,00)

2 PEZZI A € 3,50

MOCHI ICE CREAM



CIOCCOLATO
chocolate



VANIGLIA
vanilla



SESAMO
sesame



TÈ VERDE
green tea



MANGO
mango



FRAGOLA
strawberry

* Alimenti preparati con materia prima congelata / surgelata
Salmone e Tonno sono stati acquistati freschi e sottoposti a trattamenti di bonifica preventiva conforme alle prescrizioni del regolamento CE 853/2004, allegato III, sezione VIII, capitolo 3, lettera D, punto 1.
Per qualsiasi informazione su sostanze e allergeni è possibile consultare l'apposita documentazione che verrà fornita, a richiesta, dal personale di servizio.



Meet poké

HAWAII-FLORENCE

Via Vincenzo Gioberti, 92/R - Firenze (FI)

Tel. 055 7606639
www.meetpoke.it



MEET POKÈ MENÙ

Scegli il tuo pokè e aggiungi

€ 3,90

e completa il tuo menù con un **mochi**
ed una **bibita**

CREA IL TUO POKÈ

BUILD YOUR OWN POKÈ

POKÈ BOWL SMALL

1 proteina,
3 condimenti,
1 topping,
1 salsa

€ 9,50

POKÈ BOWL REGULAR

2 proteine,
4 condimenti,
1 topping,
1 salsa

€ 11,50

POKÈ BOWL LARGE

3 proteine,
4 condimenti,
1 topping,
1 salsa

€ 14,50

STEP 1. SCEGLI LA BASE

CHOOSE THE BASE



RISO BIANCO 
white rice



RISO NERO 
venus rice



QUINOA 
quinoa



FARRO
emmer



INSALATA MIX 
mix salad



MIX 2 BASI 
2 bases mix

STEP 2. SCEGLI LE PROTEINE EXTRA A € 2,00

CHOOSE THE PROTEINS

SALMONE 
salmon


TONNO  + 0,50€
tuna

SALMONE MARINATO + 0,50€
marinated salmon

TARTARE DI SALMONE 
salmon tartare

GAMBERETTI 
shrimps

TENTACOLI AL VAPORE* 
squid

TONNO SOTT'OLIO 
tuna in oil

POLLO* 
chicken

TOFU
tofu

UOVO SODO 
boiled egg

STEP 3. SCEGLI I CONDIMENTI EXTRA A € 0,50

CHOOSE THE DRESSING

EDAMAME* 
edamame

MAIS 
sweetcorn

POMODORINI 
cherry tomatoes


JALAPEÑO 
jalapeño

FETA 
feta

CETRIOLO 
cucumber

ZENZERO MARINATO 
marinated ginger

CAROTE 
carrots

CAVOLO ROSSO 
red cabbage

OLIVE 
olives

CECI 
chickpeas

ERBA CIPOLLINA 
spring onion

ALGHE NORI 
nori seaweed

ZUCCHINE 
zucchini

AVOCADO  +0,50€
avocado

ALGHE WAKAME* +0,50€
wakame seaweed

ANANAS +0,50€
pineapple

MANGO +0,50€
mango

PHILADELPHIA +0,50€
philadelphia

STEP 4. SCEGLI I TOPPING EXTRA A € 0,50

CHOOSE THE TOPPING

CIPOLLA CRISPY
crispy onion

NACHOS
nachos

ARACHIDI
peanuts

NOCI 
walnuts

CROSTINI
crouton

SEMI DI GIRASOLE 
sunflowers seeds

WASABI PEAS
wasabi peas

MAIS TOSTATO 
toasted corn

SEMI DI SESAMO 
sesame seeds

MANDORLE +0,50€ 
almond

ANACARDI +0,50€ 
cashew nuts

STEP 5. SCEGLI LA SALSA EXTRA A € 0,30

CHOOSE THE SAUCE

SALSA DI SOIA
soy sauce

SALSA POKÈ
pokè sauce

TERIYAKI
teriyaki

PONZU
ponzu


OLIO EVO 
extra vergin olive oil


ACETO BALSAMICO 
balsamic vinegar

WASABI E YUZU
wasabi & yuzu

MAIONESE
mayonnaise

MAIONESE SPICY
spicy mayonnaise

SALSA YOGURT 
yogurt sauce

SALSA SRIRACHA 
sriracha sauce

SALSA DI SOIA SENZA GLUTINE 
gluten free soy sauce

SALSA AL SESAMO
sesame sauce

SALSA AGROPICCANTE 
sweet chili sauce

SALSA AL MANGO 
mango sauce