

Componi la tua insalata

BIO
Km0
IGP
DOP
PAT

STEP1
Le basi

Indivia
Iceberg
Radicchio
Lattuga
Misticanza

MAX 4

MAX 2
+1 = 0,50 €

Cetriolo
Carota Julienne
Pomodoro ciliegino
Pomodoro ramato
Peperoni grigliati
Melanzane grigliate
Zucchine grigliate
Cipolla rossa
Ravanello
Finocchio

STEP2
Gli immancabili

STEP3
L'energia

Pollo
Gamberetti
Tonno
Feta
Avocado

MAX 1
+1 = 1,00 €

MAX 2
+1 = 0,50 €

Parmigiano
Crostoni
Mais
Olive
Pinoli
Noci
Mandorle
Semi di Chia

STEP4
Gli sfiziosi

7,00 €
vaschetta

Componi il tuo mix di frutta

BIO
 Km0
 IGP
 DOP
 PAT



* Prodotto stagionale

<i>vaschetta</i>	4,00 € FRUIT	6,00 € FRUIT + 1 EXOTIC FRUIT + 1 TOPPING	8,00 € EXOTIC FRUIT + TOPPING	
<i>bicchiera</i>	3,00 € FRUIT	4,00 € FRUIT + 1 EXOTIC FRUIT + 1 TOPPING	5,00 € EXOTIC FRUIT + TOPPING	

www.good-it.it
@goodit.bari @ f

Smoothies

BIO
Km0
IGP
DOP
PAT

- S1. BANANA, ARANCIA, FRAGOLE / BANANA, ORANGE, STRAWBERRY
- S2. BANANA, MELA, MIRTILLO, LATTE / BANANA, APPLE, BLUEBERRY, MILK
- S3. BANANA, CIOCCOLATA, LATTE / BANANA, CHOCOLATE, MILK
- S4. BANANA, MELA, MANGO, LATTE / BANANA, APPLE, MANGO, MILK
- S5. ARANCIA, BANANA, PESCA*-MELA / ORANGE, BANANA, PEACH*-APPLE
- S6. ARANCIA, BANANA, ANANAS / ORANGE, BANANA, PINEAPPLE
- S7. FRAGOLA, BANANA, PESCA*-MELA, ARANCIA / STRAWBERRY, BANANA, PEACH*-APPLE, ORANGE

3,50 €

Centrifugati

- C1. MELA, CAROTA, ZENZERO / APPLE, CARROT, GINGER
- C2. ANANAS, MELA, CAROTA, ARANCIA / PINEAPPLE, APPLE, CARROT, ORANGE
- C3. KIWI, MELA, PERA / KIWI, APPLE, PEAR
- C4. SEDANO, CAROTA, MELA / CELERY, CARROT, APPLE
- C5. MELONE, ANANAS, KIWI / MELON, PINEAPPLE, KIWI
- C6. PESCA*-MELA, FRAGOLA, LIMONE, ARANCIA / PEACH*-APPLE, STRAWBERRY, LEMON, ORANGE
- C7. MELOGRANO, ZENZERO, CAROTA, ARANCIA / POMEGRANATE, GINGER, CARROT, ORANGE
- C8. MELOGRANO, ANANAS, KIWI, ZENZERO, MELA / POMEGRANATE, PINEAPPLE, KIWI, GINGER, APPLE

3,50 €

Grattacheccche

- G1. LIMONE / LEMON
- G2. POMPELMO / GRAPEFRUIT
- G3. MENTA / MINT
- G4. FRAGOLA / STRAWBERRY
- G5. AMARENA / BLACK CHERRY
- G6. CAIPIROSKA FRAGOLA / STRAWBERRY
- G7. MOJITO
- G8. SPRITZ by FABBRI

2,50 €

5,00 €

* Prodotto stagionale / Seasonal product

insalate

7,00 €
vaschetta / bowl



GRECA salad

Ingredienti
Feta²
Olive nere
Cipolle rosse
Cetrioli
Iceberg
Pomodori ramati
Olio Evo
Sale

Ingredients
Feta cheese²
Black olives
Red onions
Cucumbers
Iceberg salad
Vine ripped tomatoes
Extra virgin olive oil
Salt

TONNO salad

Ingredienti
Tonno⁴
Pomodori
Radicchio
Mais
Carote julienne
Iceberg
Olio Evo
Sale
Aceto⁵

Ingredients
Tuna⁴
Tomatoes
Radicchio
Corn
Julienne carrots
Iceberg salad
Extra virgin olive oil
Salt
Vinegar⁵



GREEN salad

Ingredienti
Melanzane grigliate
Zucchine grigliate
Peperoni grigliati
Misticanza
Pomodori
Olio Evo
Sale
Aceto⁵

Ingredients
Grilled aubergines
Grilled courgettes
Grilled peppers
Mixed salad
Tomatoes
Extra virgin olive oil
Salt
Vinegar⁵

CAESAR salad

Ingredienti
Straccetti di pollo
Parmigiano a scaglie²
Crostini¹
Caesar sauce^{2/6}
Lattuga
Olio evo
Sale
Succo di limone
Pepe nero
Aceto⁵

Ingredients
Strips of chicken
Parmigiano cheese²
Croutons¹
Caesar sauce^{2/6}
Lettuce
Extra virgin olive oil
Salt
Lemon juice
Black pepper
Vinegar⁵



ALLERGENI-ALLERGENS

1. GLUTINE-GLUTEN / 2. LATTOSIO-LACTOSE
3. UOVA-EGGS / 4. PESCE-FISH
5. ANIDRIDE SOLFOROSA-SULFUR DIOXIDE
6. SEDANO-CELERY

www.good-it.it

@goodit.bari



BIO
Km0
IGP
DOP
PAT

Regala un vassoio di frutta

MAKE A GIFT



**ORDINA
UN VASSOIO
DI FRUTTA
DA 1/2 E 1 KG.**