

фирменные боулы

креветки	310/430г	765/1135 ₺
креветки в соусе спайси, суши рис, соус чили-майо, авокадо, салат чука, морковь, маринованный имбирь, кешью дробленый, кинза, чили, кунжут, зеленый лук		
креветки том ям	320/440г	765/1135 ₺
креветки в соусе нам джим, суши рис, том ям айоли, мандарин, помидоры черри, огурец-слайс, дайкон, жареный лук, кинза, кокосовые чипсы, зеленый лук, кунжут		
тунец	310/430г	765/1135 ₺
тунец в кунжутно-соевом соусе, суши рис, соус спайси неострый, авокадо, битые огурцы, морковь, маринованный имбирь, жареный лук, нори, кинза, кунжут, зеленый лук		
лосось&креветки	320/450г	865/1295 ₺
лосось и креветки в кунжутно-соевом соусе, суши рис, тобико айоли, апельсин, авокадо, битые огурцы, помидоры черри, маринованный имбирь, кешью дробленый, нори, икра тобико, кунжут		
лосось	320/440г	865/1295 ₺
слабосоленный лосось в соусе понзу, суши рис, соус азиатский айоли, коул слоу, эдамаме, огурец-слайс, маринованный имбирь, начос, нори, редис, кунжут, зеленый лук		
острый лосось	320/440г	865/1295 ₺
лосось в соусе медовый шрирача, суши рис, соус спайси шрирача, авокадо, битые огурцы, апельсин, жареный лук, нори, чили, маринованный лук, кунжут, зеленый лук		
цыплёнок	320/440г	670/945 ₺
цыплёнок сувид в кунжутно-соевом соусе, суши рис, гуакамоле, помидоры черри, сладкая кукуруза, темная фасоль, начос, халапеньо, маринованный лук, зеленый лук		
poke тунец горный портал x soul in the bowl	320/450г	765/1135 ₺
рис, грибной айоли, консервированный тунец, бобы эдамаме, авокадо, тыквенные семечки, маринованные огурцы, маринованный лук, лук фри, сыр пармезан, соус песто		
тофу	310/430г	615/890 ₺
жареный тофу в соусе сладкий чили, суши рис, соус тонкацу айоли, авокадо, коул слоу, сладкая кукуруза, кешью, редис, маринованный лук, зеленый лук, кинза		
метрополис лосось&тунец	310/440г	865/1295 ₺
лосось-тунец в кунжутном соусе, рис, трюфель айоли, авокадо, мандарины, маринованные огурцы, начос, пармезан, нори, кунжут		
сырный рис x2 к вкусу	30г	150 ₺

закуски

мисо суп	200мл	310 ₺
мисо суп с лососем	230мл	410 ₺
эдамаме	125г	410 ₺
салат чука	180г	410 ₺
битые огурцы	190г	410 ₺
батат фри	200/40г	500 ₺
креветки темпура	125г	550 ₺

собери свой боул

основа			протеин		
суши-рис	160г	65 ₺	тофу / цыплёнок сувид / консервированный тунец в соусе	50г	225 ₺
булгур-киноа	160г	105 ₺	креветки	50г	270 ₺
салат-микс	80г	160 ₺	лосось / тунец	50г	385 ₺

соус			соус		
основа	35г	70 ₺	протеин	35г	70 ₺
тонкацу айоли			понзу		
спайси неострый			кунжутно-соевый		
азиатский айоли			спайси		
чили-майо			сладкий чили		
спайси шрирача			медовый шрирача		
мексиканский			соус песто		
том ям айоли					
грибной айоли					

топпинги					115 ₺
авокадо	20г	огурец-слайс	30г	битые огурцы	20г
эдамаме	20г	помидоры черри	20г	икра тобико	3г
гуакамоле	20г	сладкая кукуруза	20г	редис	5г free
салат чука	20г	тёмная фасоль	20г	чили	2г free
коул слоу	20г	лук маринованный	20г	халапеньо	2г free
морковь	10г	имбирь маринованный	30г	кинза	1г free
апельсин	20г	огурцы маринованные	20г	лук зеленый	1г free
мандарин	20г				

хруст					60 ₺
жареный лук	10г	начос	10г		
кокосовые чипсы	3г	нори	1г		
кешью дроблёный	10г	фурикаке	2г		
жареный кунжут	1г free	пармезан	5г		

+++					
удвоить протеин					+ 225 / 270 / 385 ₺
заменить рис на булгур-киноа					+ 45 / 65 ₺
заменить рис на салат-микс					+ 100 / 145 ₺
добавить авокадо / битые огурцы					+ 115 ₺
добавить фурикаке					+ 60 ₺



 остро

 для вегетарианцев

напитки

функциональный напиток «изотоник»	400 мл	450 ₽
матча «манго-кокос»	400 мл	450 ₽
лимонад «матча-джус боллы»	400 мл	200 ₽
апельсиновый фреш	250 мл	490 ₽
вода Baikal	450 мл	230 ₽
кокосовая вода Coconaut	320 мл	350 ₽
лимонад наличие вкусов уточняйте	300 мл	350 ₽
смузи	300 мл	410 ₽
кока-кола	300 мл	350 ₽
чай ассам / зелёный с мятой / манговый улун	300 мл	190 ₽



soul
in the
bowl