

COMPOSEZ VOTRE BOWL EN 5 ÉTAPES

À PARTIR DE **13€50**
MENU 14€90

1. CHOISISSEZ 1 BASE

- RIZ VINAIGRÉ
- PATATE DOUCE
- ÉPINARDS FRAIS



2. CHOISISSEZ 4 LÉGUMES

- OLIVE
- ÉPINARD
- MAÏS
- BETTERAVE
- KIWI
- FETA
- AVOCAT
- CAROTTE
- CONCOMBRE
- MANGUE
- EDAMAME
- ANANAS
- MOZZARELLA
- TOMATE FRAÎCHE
- TOMATE SÉCHÉE
- CHOU MARINÉ
- GINGEMBRE CONFIT
- ALGUE WAKAME
- PATATE DOUCE
- OIGNON ROUGE
- GUACAMOLE
- FROMAGE FRAIS



3. CHOISISSEZ 1 PROTÉINE

- SAUMON MARINÉ
- SAUMON CRU
- POULET CRÉMEUX
- THON CUIT
- BOEUF SÉCHÉ
- TOFU



4. CHOISISSEZ 2 SUPER-ALIMENTS

- OIGNON FRIT
- SÉSAME
- NOIX
- GRENADE
- CACAHUËTE WASABI
- GRAINES DU SOLEIL (COURGE, TOURNESOL)
- CRANBERRY SÉCHÉ

5. CHOISISSEZ 2 SAUCES

- SOJA PEANUTS
- ÉRABLE BALSAMIC
- SWEET MANGO
- SOY SÉSAME
- CHILI THAÏ
- CHILI AIL
- PESTO DE CORIANDRE
- HUILE D'OLIVE
- SOJA SALÉ
- SOJA SUCRÉ



SUPPLÉMENTS

1€10 LÉGUME
3€00 PROTÉINE
4€00 BURRATA
0€40 SAUCE

MENUS

MENU BOWL + BOISSON :
PRIX DU BOWL + 1€40
(HORS THÉ GLACÉ, REDBULL ET COCA CHERRY VANILLE)

BOWL GOURMET 62€90

- 1 BASE RIZ
- 8 LÉGUMES AU CHOIX
- 2 PROTÉINES AU CHOIX
- 3 SUPER-ALIMENTS AU CHOIX
- 8 SAUCES AU CHOIX



NOS DESSERTS

ET SMOOTHIES

BANOFEE

BANOFEE FAIT MAISON



3€90

TIRAMISU

TIRAMISU MAISON DU JOUR (BUENO, FRUIT ROUGE, OREO...)



3€90

MOELLEUX

CHOCOLAT

SUPPLÉMENT CHANTILLY +0,90€



3€50

CHEESECAKE

YUZU



4€50

TARTE (DAIM OU TOBLERONE)



3€90

NOS POKE BOWLS À LA CARTE

SERVIS AVEC 2 SUPER-ALIMENTS
ET 2 SAUCES AU CHOIX



APALA

RIZ VINAIGRÉ
DOUBLE AVOCAT, GUACAMOLE,
MANGUE, SAUMON MARINÉ

13€50

MENU 14€90



TOKYO

RIZ VINAIGRÉ
AVOCAT, MANGUE, CONCOMBRE,
CAROTTE, SAUMON MARINÉ

12€50

MENU 13€90



CANCUN

PATATE DOUCE
ÉPINARD FRAIS, TOMATE SÉCHÉE,
MOZZARELLA, OLIVE, BOEUF SÉCHÉ

13€50

MENU 14€90



TYHA

RIZ VINAIGRÉ, ÉPINARD FRAIS,
TOMATE FRAÎCHE, CONCOMBRE,
CAROTTE, SAUMON MARINÉ, THON CUIT

13€50

MENU 14€90



BANGKOK

RIZ VINAIGRÉ, ÉPINARD FRAIS,
CAROTTE, CONCOMBRE,
SAUMON MARINÉ, POULET CRÉMEUX

13€50

MENU 14€90



BURRATA BOWL

RIZ VINAIGRÉ, AVOCAT,
ÉPINARD FRAIS, CONCOMBRE,
CAROTTE, SAUMON MARINÉ, BURRATA

16€50

MENU 17€90



FUJÏ

RIZ VINAIGRÉ, EDAMAME,
ALGUE WAKAME, OIGNON ROUGE,
CONCOMBRE, CAROTTE, POULET CRÉMEUX

13€50

MENU 14€90



BOWL DU MOIS

DÉCOUVREZ TOUS LES MOIS UN NOUVEAU POKE
BOWL AVEC UNE RECETTE EXCEPTIONNELLE.
PLUS D'INFOS SUR NOS RÉSEAUX SOCIAUX.

BOLS FRUITÉS

COMPOSEZ VOTRE BOWL FRUITÉ
AVEC NOS 4 FRUITS AU CHOIX :
- ANANAS
- KIWI
- MANGUE
- FRAMBOISE



5€50

NOS BOISSONS

SODAS (33CL)

COCA-COLA, COCA ZÉRO, COCA CHERRY, ORANGINA, ICE-TEA, ICE-TEA FRAMBOISE,
SCHWEPES AGRUMES, SCHWEPES ZÉRO, OASIS TROPICAL, OASIS POMME-CASSIS-FRAMBOISE

1€80

EAUX (50CL)

CRISTALINE, SAN PELLEGRINO

1€80

THÉS GLACÉS (50CL)

THÉ GLACÉ MENTHE, THÉ GLACÉ PÊCHE

2€50

REDBULL (25CL)

2€50

COCA CHERRY VANILLE (33CL)

2€50



COMPOSEZ VOTRE BOWL CHAUD EN 5 ÉTAPES 15€50 MENU 16€90

1. CHOISISSEZ
1 BASE

- NOUILLES
- RIZ CHAUD



2. CHOISISSEZ
1 SAUCE

- CURRY
- ÉCHALOTE
- JAJANG
- THAÏ



3. CHOISISSEZ
2 LÉGUMES

- TOMATE
- POIVRON
- ÉPINARD CHÈVRE
- OIGNON ROUGE
- CHAMPIGNON

4. CHOISISSEZ
1 PROTÉINE

- PAVÉ DE SAUMON
- CREVETTE TEMPURA
- POULET KATSU
- POULET SAUTÉ



5. CHOISISSEZ
1 SUPER-ALIMENT

- OIGNON FRIT
- SÉSAME
- NOIX
- GRENADE
- CACAHUÈTE WASABI
- GRAINES DU SOLEIL (COURGE, TOURNESOL)
- CRANBERRY SÉCHÉ

SUPPLÉMENTS 1€50 LÉGUME 2€00 SAUCE 4€00 PROTÉINE

NOS SALADES

EDAMAME		3€90
CHOU ROUGE		3€90
WAKAME		3€90
BOL DE RIZ		1€10

NOS SNAKINGS

YAKITORI SAUMON 6€50

2X YAKITORIS SAUMON SAUCE TERIYAKI

YAKITORI BOEUF 6€50

3X YAKITORIS BOEUF FROMAGE

YAKITORI POULET 6€50

3X YAKITORIS POULET SAUCE TERIYAKI

NEMS POULET 6€00

4X NEMS AU POULET

CREVETTE TEMPURA 6€50

4X CREVETTES PANÉE FAÇON TEMPURA

GYOZA LÉGUMES 6€00

4X GYOZAS AUX LÉGUMES

NOS PLATS À LA CARTE

CHICKEN KATSU 15€50

MENU 16€90



RIZ VINAIGRÉ, CHOU MARINÉ, CAROTTE, EDAMAME, AVOCAT, POULET PANÉ FAÇON JAPONAISE

FRIED SALMON 15€50

MENU 16€90



RIZ BLANC, SAUMON FRIT, RADIS, EDAMAME, AVOCAT, ANANAS

CHIRASHI SAUMON 16€50

MENU 17€90



RIZ VINAIGRÉ, LAMELLES DE SAUMON, GRAINES DE SÉSAME

CHIRASHI AVOCAT 17€10

MENU 18€50



RIZ VINAIGRÉ, LAMELLES DE SAUMON, LAMELLES D'AVOCAT, GRAINES DE SÉSAME

PLATEAUX REPAS 18€90

1. UNE SALADE

- WAKAME
- EDAMAME
- CHOU ROUGE

2. UN PLAT

- POULET ÉCHALOTE
- SAUMON TERIYAKI

3. 6 MAKIS

- AVOCAT
- CONCOMBRE
- SAUMON

4. UN SNACKING

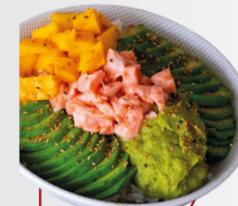
- NEMS POULET
- CREVETTES TEMPURA
- GYOZAS LÉGUMES

5. UNE BOISSON

- SODA 33CL
- CRISTALINE
- SAN PELLEGRINO



POKE SUSHI BOWL



MENU

POKE BOWLS À LA CARTE ET À COMPOSER, BOWL CHAUD, PLATS, SNAKINGS, SALADES, DESSERTS MAISON ET BOISSONS



MENU RIZ + SALADE + SNACKING 9€90

UNE PORTION DE RIZ VINAIGRÉ, UNE SALADE AU CHOIX ET BROCHETTES YAKITORI BOEUF OU SAUMON

www.pokesushibowl.fr



Uber
Eats

NOS SALADES

EDAMAME		3€90
CHOU ROUGE		3€90
WAKAME		3€90
BOL DE RIZ		1€10

NOS DESSERTS ET SMOOTHIES

BANOFFEE BANOFFEE FAIT MAISON		3€90	TIRAMISU TIRAMISU MAISON DU JOUR (BUENO, FRUIT ROUGE, OREO..)		3€90
MOELLEUX CHOCOLAT SUPPLÉMENT CHANTILLY +0,90€		3€50			
CHEESECAKE YUZU		4€50			
TARTE (DAIM OU TOBLERONE)		3€90			

BOLS FRUITÉS		5€50
---------------------	--	------

COMPOSEZ VOTRE BOWL FRUITÉ AVEC NOS 4 FRUITS AU CHOIX :

- ANANAS
- KIWI
- MANGUE
- FRAMBOISE

NOS BOISSONS

SODAS (33CL)	1€80
---------------------	------

COCA-COLA, COCA ZÉRO, COCA CHERRY, ORANGINA, ICE-TEA, ICE-TEA FRAMBOISE, SCHWEPPE'S AGRUMES, SCHWEPPE'S ZÉRO, OASIS TROPICAL, OASIS POMME-CASSIS-FRAMBOISE

EAUX (50CL)	1€80
--------------------	------

CRISTALINE, SAN PELLEGRINO

THÉS GLACÉS (50CL)	2€50
---------------------------	------

THÉ GLACÉ MENTHE, THÉ GLACÉ PÊCHE

REDBULL (25CL)	2€50
-----------------------	------

COCA CHERRY VANILLE (33CL)	2€50
-----------------------------------	------



MENU

SUSHIS À LA CARTE ET EN PLATEAUX, SNACKINGS, SALADES, DESSERTS MAISONS ET BOISSONS



www.pokesushibowl.fr

NOS SUSHIS À LA CARTE

TOUS NOS SUSHIS ET MAKIS SONT SERVIS AVEC DE LA SAUCE SOJA SUCRÉE OU SALÉE, DU GINGEMBRE, ET/OU DU WASABI



MAKI AVOCAT 4€80 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, AVOCAT



AVOCAT FROMAGE 5€15 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, AVOCAT, FROMAGE FRAIS



MAKI CONCOMBRE 4€70 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, CONCOMBRE



CONCOMBRE FROMAGE 4€80 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, CONCOMBRE, FROMAGE FRAIS



MAKI SAUMON 5€70 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, SAUMON



SWEET MANGO 8€10 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, SAUMON, AVOCAT, MANGUE, SAUCE MANGUE, MENTHE FRAÎCHE



SALMON ROLL 7€80 X6

RIZ, SAUMON, FROMAGE FRAIS



CRISPY AVOCAT 6€15 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, AVOCAT, FROMAGE FRAIS, OIGNON FRIT



CRISPY POULET 6€70 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, POULET CRÉMEUX, AVOCAT, FROMAGE FRAIS, OIGNON FRIT



PINK SALMON 9€10 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, MOUSSE DE SAUMON, TOMATE SÈCHÉE, FROMAGE FRAIS, SAUMON SNACKÉ



SAUMON FROMAGE 6€15 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, SAUMON, FROMAGE FRAIS



SAUMON SPICY 5€80 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, SAUMON, SAUCE SPICY



TOMATE SÈCHÉE 5€15 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, TOMATE SÈCHÉE, FROMAGE FRAIS



SPRING ROLL THON 8€10 X6

FEUILLE DE RIZ, RIZ, THON CUIT, AVOCAT



CHÈVRE MIEL 6€70 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, CHÈVRE, SALADE, NOIX, MIEL



SUSHI SAUMON 4€10 X2

RIZ, SAUMON



SAUMON AVOCAT 6€15 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, SAUMON, AVOCAT, SÈSAME



SAUMON FROMAGE 6€15 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, SAUMON, FROMAGE FRAIS, SÈSAME



CREVETTE SPICY 9€10 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, AVOCAT, CREVETTE TEMPURA, SÈSAME, SAUCE SPICY



AVOCAT CONCOMBRE 6€15 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, AVOCAT, CONCOMBRE, FROMAGE FRAIS, SÈSAME



SAUMON SPICY 6€15 X6

FEUILLE D'ALGUE, RIZ, AVOCAT, SAUMON, SAUCE SPICY, SÈSAME

NOS PLATEAUX

BOX GOURMET 52€90

DÉCOUVREZ LA BOX GOURMET;

6X MAKIS SAUMON
4X SALMON ROLLS
8X SUSHIS SAUMON
8X SUSHIS SAUMON TERIYAKI
6X CALIFORNIAS SAUMON AVOCAT
6X CALIFORNIAS AVOCAT CONCOMBRE
6X CALIFORNIAS SAUMON FROMAGE
6X CRISPY POULET



SAUMON 17€50

10X SUSHIS SAUMON

MAXI SALMON 21€50

6X CALIFORNIAS SAUMON AVOCAT
6X MAKIS SAUMON
6X SALMON ROLLS
6X CALIFORNIAS SAUMON FROMAGE FRAIS



SAY CHEESE 17€50

4X SUSHIS SAUMON
6X CALIFORNIAS SAUMON FROMAGE FRAIS
6X SALMON ROLLS



MIXTE 17€50

4X SUSHIS SAUMON
6X CALIFORNIAS SAUMON AVOCAT
6X CRISPY POULET CRÉMEUX AVOCAT



TERIYAKI 17€50

8X SUSHIS SAUMON TERIYAKI SNACKÉ



SASHIMI 19€50

10X SASHIMIS SAUMON



NOS SNAKINGS

YAKITORI SAUMON 6€50

2X YAKITORIS SAUMON SAUCE TERIYAKI

CREVETTE TEMPURA 6€50

4X CREVETTES PANÉES FAÇON TEMPURA

YAKITORI BOEUF 6€50

3X YAKITORIS BOEUF FROMAGE

NEMS POULET 6€50

4X NEMS AU POULET

YAKITORI POULET 6€50

3X YAKITORIS POULET SAUCE TERIYAKI

GYOZA LÉGUMES 6€50

4X GYOZAS AUX LÉGUMES

