

TUCKER & BEVVY

////////// PICNIC FOOD

ランチパニーニ

チキン&ペストソース, トマト, モッツアレラチーズ *ナッツ	9.5
パスタラミルーベン, 赤玉ねぎ, スイスチーズ, ロシアンドレッシング.....	9.5
ベジータック: なすび, さつまいも, ズッキーニ, ピーマン, プロボロンチーズ, バジルペスト *ナッツ	8.5
ターキー&ブリーチーズ, ローストしたパプリカ, ベビースピナッチ, ハニーマスタード.....	9.5
ハム&スイスチーズ.....	8.5
ダブルチーズ: チェダーチーズ&モッツアレラチーズ.....	5.5
お子様メニュー: グリルしたチーズ.....	4

サンドイッチ

チキンBLT (ベーコン, レタス, トマト), グリーンゴッデスドレッシング.....	7
ターキー, オーガニックグリーン, クランベリーソース (マヨネーズなし).....	7
オアフ島産卵のエッグサラダ (マヨネーズ入り), オーガニックグリーン.....	7
カレーチキンサラダ (マヨネーズ入り), レーズン&アーモンド, 人参, グリーン *ナッツ	7
ターキー, バジルペスト, モッツアレラチーズ, トマト (マヨネーズなし).....	7

ラップサンドイッチ

クラシックチキンサラダ (マヨネーズ入り), セロリ, トマト, オーガニックグリーン.....	9.5
スモークアヒサラダ (マヨネーズ入り), ケッパー, グレープトマト, 赤玉ねぎ, ベビースピナッチ.....	9.5
ローストしたスクオッシュ, ローストした胡椒味のカシューナッツのフムス, ベビーケール *ナッツ (ビーガン).....	9.5

オーガニックグリーンサラダ

アーモンドチキン, 胡麻, ミント, 人参, きゅうり, アジアンドレッシング *ナッツ (グルテンフリー).....	9.5
ケール, ほうれん草&ローストしたスクオッシュ, キヌア, フレンチレンズ豆, たまり醤油でローストしたカボチャとひまわりの種, レモンドレッシング (グルテンフリー, ビーガン).....	9.5
セサミビーツ, フェタチーズ, くるみ, 人参, きゅうり, トマト, グリーン, オレンジジンジャー ドレッシング *ナッツ (グルテンフリー).....	9.5

パスタサラダ

ビーフン&チキン, ミント, 人参, きゅうり, トマト, ピーナッツ, 胡麻, アジアンドレッシング *ナッツ (グルテンフリー).....	7.5
そば&オーガニック豆腐, 味噌とローストしたブロッコリー, 枝豆, 胡麻, ねぎ, ポン酢ドレッシング (ビーガン).....	7.5

雑穀&レンズ豆ボウル

野菜: さつまいも, 芽キャベツ, オアフ島産卵, レンズ豆, ファロ (スペルト小麦), キヌア, ケール・スロー, タマリ・シード, 海苔, タヒニドレッシング.....	9.5
チキン: チキン胸肉 (抗生物質不使用), オアフ島産卵, レンズ豆, ファロ (スペルト小麦), キヌア, ケール・スロー, ピスタチオ, デュカ, レモンドレッシング *ナッツ	9.5

サイドサラダ

ディルポテト, ケイパー, 赤玉ねぎ, 卵, マヨネーズ.....	5.5
オーガニックパスタ, バジルペスト, チェリートマト *ナッツ	5.5
オーガニックファロ (スペルト小麦), ケール, 赤キャベツ, 人参, クランベリー, ねぎ, アーモンド, オレンジジンジャー ドレッシング *ナッツ (ビーガン).....	5.5

ピクニックサイド

フルーツ.....	5.5	ポテトチップス/ ピタチップス / グルテンフリークラッカー.....	2
野菜スティックとディップ.....	5	ホワイトビーンまたはレッドペッパーのハムス・ディップ.....	5
チアハウピア.....	6.5	クッキー/リトルビューティー/ブラウニー.....	3.5/pk

TUCKER & BEVVY

////////// PICNIC FOOD

朝食 (オアフ島産オーガニック卵使用)

ほうれん草と卵とプロボロンチーズのパニーニ	6.5
ベーコンと卵とチェダーチーズのパニーニ	6.5
ハムと卵とスイスチーズのパニーニ	6.5
ハムとチーズとトマトのバゲット	7
チキンソーセージとスクランブルエッグのラップ, サツマイモのハッシュ, ほうれん草	8.5
スモークサーモンのバゲット, クリームチーズ, ケイパー, トマト, きゅうり	9.5
バナナブレッド, チョコレート	3.5
マンゴーブレッド, マカダミアナッツ *ナッツ	3.5
コーンブレッドのトースト, グアバゼリー	3.5
自家製オーガニックグラノーラ *ナッツ	6.75
リトルビューティー, オメガ3	3.5
illy コーヒー 12oz (約 355ml) / 16oz (約 473ml)	2.5/3.5

コールドプレスジュース 16oz (約 473ml)

リーングリーン: パイナップル, ケール, ほうれん草, パセリ, きゅうり, セロリ, 生姜	8.5
ゲッチャグリーンズ: ロメインレタス, ケール, ほうれん草, パセリ, きゅうり, セロリ, 生姜, レモン	8.5
アンチオキシ: ビーツ, 人参	8.5
サンライズ: 人参, パイナップル, 生姜, ウコン	8.5
テンプル: パイナップル, 生姜, ウコン, カイエソペッパー	8.5
ピンクレモネード: レモン, ビーツ, オーガニック蜂蜜, 濾過水	8.5
パイナップル: ハワイ産パイナップル	8.5
スイカ: ハワイ産スイカ	8.5

生フルーツのスムージー 12oz (約 355ml)

パラダイス: パパイア, パイナップル, りんごジュース	5.5
トロピカルストーム: マンゴー, パイナップル, バナナ, パイナップルジュース	5.5
ベリーベリー: いちご, ブルーベリー, ラズベリー, りんごジュース	5.5
ピニャコラーダ: パイナップル, バナナ, ココナッツミルク, パイナップルジュース	5.5
サンセット: パパイア, いちご, マンゴー, りんごジュース	5.5
トリプルバナナ: バナナ, バナナ, バナナ, りんごジュース	5.5

追加/代替: 豆乳, アーモンドミルク, ケール, チアシード, オートブラン, プロテインパウダー, ウィートグラス, ピーナッツバター, フラックスシード 1/ea

ヘルスボウル

アサイ: チアハウピア, 自家製グラノーラ, 季節のフルーツ	9.5
グリーンバナナ: チアハウピア, 自家製グラノーラ, 季節のフルーツ	9.5

ウォーター 500ml / 750ml 2/3

ソフトドリンク 2

スパークリングミネラルウォーター 3

ココナッツウォーター 3