

PIADINE

- | | |
|--|-----------|
| 1. Semplice | fr. 9.00 |
| prosciutto cotto, edamer | |
| 2. Parma | fr. 11.00 |
| crudo di Parma | |
| 3. Manhattan | fr. 10.00 |
| prosciutto cotto, edamer, insalata, pomodori, salsa rosa | |
| 4. Vegetariana | fr. 10.00 |
| philadelphia, melanzane, peperoni, zucchine | |
| 5. Tonnata | fr. 11.00 |
| carpaccio di fesa di tacchino, pomodori, mozzarella fior di latte, rucola, salsa tonnata | |
| 6. Bufala | fr. 11.00 |
| mozzarella di bufala, pomodori, basilico fresco | |
| 7. Asiatica | fr. 11.00 |
| straccetti di pollo, peperoni, insalata, salsa indiana | |
| 8. Speciale | fr. 11.00 |
| crudo di Parma, brie, pomodori, insalata, salsa tonnata | |
| 9. Valtellina | fr. 11.00 |
| Bresaola, brie, zucchine, rucola, salsa tartara | |
| 10. Boscaiola | fr. 12.00 |
| speck, tomino, pomodori, crema di carciofi | |
| 11. Raffinata | fr. 12.00 |
| roastbeef, edamer, misticanza, salsa tartara | |

Piadine di kamut + fr. 1.00

TOAST

- | | |
|--|----------|
| Toast piccolo | |
| 1. Prosciutto cotto, edamer | fr. 4.00 |
| 2. Prosciutto cotto, edamer, farcitura | fr. 4.50 |
| 3. Prosciutto cotto, edamer, farcitura, salsa rosa | fr. 5.00 |
| Toast con pane americano | |
| 1. Prosciutto cotto, edamer | fr. 7.00 |
| 2. Prosciutto cotto, edamer, farcitura | fr. 7.50 |
| 3. Prosciutto cotto, edamer, farcitura, salsa rosa | fr. 8.00 |

SEI A DIETA?

Fai fatica a seguirla perché non puoi tornare a casa in pausa pranzo? O più semplicemente sei pigro? Insomma... se vuoi noi ti possiamo aiutare. Portaci una copia della tua dieta e noi penseremo a gestirla. Colazione, pranzo e spuntino, con alimenti sani e leggeri sempre freschi. Consegna la tua dieta al nostro team o più semplicemente girala via mail e già l'indomani potrai usufruire del nostro servizio, senza nessun costo. Parecchi clienti approfittano già di questo servizio e ne sono soddisfatti. Qui di seguito ti facciamo un paio di esempi, per farti capire come lavoriamo.

Dieta cliente n. 1

Colazione (variante 1) fr. 8.00

Bircher Müsli con yogurt greco (50 gr.), latte scremato (50 gr.), müsli (30 gr.), mela (50 gr.), uva passa (50 gr.), noci miste (15 gr.) accompagnato da un caffè o da un tè

Pranzo (variante 3) fr. 14.00

Insalatona con straccetti di pollo (100 gr.), uovo in stracciatella (1 pz.), insalata di misticanza (200 gr.), finocchi (100 gr.).

Frutta: kiwi (2 pz.) fr. 4.00

Dieta cliente n. 2

Colazione (variante 1) fr. 10.00

2 fette di pane integrale (80 gr.), marmellata fatte in casa (2 c.) e uova strapazzate (1 uovo e 2 albumi)

Pranzo (variante 5) fr. 17.00

Fesa di tacchino alla griglia (60 gr.) con asparagi al vapore (150 gr.) e riso Thai (70 gr.)

Non perdere tempo, la tua salute è importante.



Alimento privo di glutine



Alimento privo di lattosio

CARTA TAKE AWAY ORDINA IL TUO PRANZO

Chiamaci dalle ore 11.00 alle ore 14.00
allo 091/683.15.75

o mandaci una mail anche il giorno prima
a barmanhattanchiasso@hotmail.com
Su richiesta consegna a domicilio a Chiasso,
con preavviso di almeno 1 ora



BAR MANHATTAN

Orari d'apertura

Lunedì - Venerdì
6.30 - 19.00

Sabato - Domenica e festivi
chiuso

Via Livio 2

6830 Chiasso

Email: barmanhattanchiasso@hotmail.com

Phone: 091 683.15.75



PIATTI CALDI

Menù del giorno, ogni giorno diverso	...
Pasta al pomodoro	fr.10.00
Pasta all'arrabbiata	fr.10.00
Pasta al ragù	fr.12.00
Involentino di tomino e speck alla piastra con verdure di stagione	fr.18.00
Piatto di verdure lessate con mozzarella di bufala	fr.16.00
Carne alla griglia (varia a seconda del giorno) con verdure di stagione	...
Piatto di verdure lessate	fr.10.00
Piatto di verdure al salto	fr.12.00

PIATTI FREDDI

Carpaccio di roastbeef con patate in insalata condite e salsa tartara a parte	fr.19.00
Carpaccio di bresaola con scaglie di grana, rucola e noci	fr.21.00
Carpaccio di tacchino tonnato con insalatina verde	fr.18.00
Carpaccio di tacchino con insalatina mista e salsa indiana a parte	fr.18.00
Caprese con mozzarella fior di latte, olio, sale e basilico	fr.14.00
Caprese con mozzarella di bufala, olio, sale e basilico	fr.16.00

INSALATONE

1. Hell's Kitchen	fr.14.00
insalata, pomodori, carote, mais, fagioli, olive nere, tonno, mozzarella fior di latte, origano, uovo sodo	
2. Bowery	fr.14.00
insalata, rucola, straccetti di tacchino, verdure saltate (zucchine, melanzane, peperoni), salsa alle erbe	
3. Wall Street	fr.15.00
insalata, straccetti di pollo, scaglie di grana, crostini, salsa caesar	

4. Little Italy	fr.16.00
misticanza, mozzarella di bufala, pomodorini, basilico, zucchine, semi di chia	
5. Greenwich Village	fr.16.00
misticanza, straccetti di pollo, pomodorini al forno, zucchine saltate, stracciatella di uova, feta, semi misti	
6. Lower east Side	fr.16.00
verde, feta, cetrioli, pomodorini, olive nere, cipolle glassate, origano	
7. Chinatown	fr.16.00
insalata, rucola, tonno, pomodori, carote, semi di sesamo, salsa di soia	
8. Nolita	fr.16.00
misticanza, tronchetto di capra alla piastra, pomodori, carote, mais, noci, glassa balsamica	
9. Harlem	fr.16.00
misticanza, straccetti di roastbeef, pomodori, mais, cetrioli, fagioli, salsa allo yogurt	

BOWLS DI RISO

1. Indian Bowl	fr.12.00
riso, tacchino, peperoni saltati, piselli, mais, ceci, mozzarella fior di latte, salsa indiana	
2. Tahi Bowl	fr.12.00
riso, pollo, piselli e carote saltati, salsa thai	
3. Japan Bowl	fr.13.00
riso, tonno, pomodorini al forno, zucchine saltate, semi di sesamo, vinaigrette alla soia	
4. Italia Bowl	fr.13.00
riso, prosciutto cotto, mozzarella, carote, mais, pomodorini, verdure, salsa all'italiana	
5. Cina Bowl	fr.13.00
riso, stracciatella di uova, prosciutto cotto, porro, piselli, carote, vinaigrette alla soia	
6. Norvegia Bowl	fr.14.00
riso, salmone affumicato, rucola, olive nere, mais, semi di chia, vinaigrette al limone	
7. Grecia Bowl	fr.14.00
riso, feta, cetrioli, pomodori, olive nere, origano, salsa francese	
8. Bowl Spagnola	fr.14.00
riso, piselli, olive nere, capperi, pomodorini, zafferano, vinaigrette al prezzemolo	

FOCACCIA O CIBATTA normale O MAXI

su richiesta paninetto senza glutine integrale o normale (60 g)
prezzo uguale ad una ciabatta normale

1. Semplice	normale fr. 7.00	MAXI fr. 8.50
prosciutto cotto o salame o edamer		
2. Semplice 2	normale fr. 9.00	MAXI fr. 10.50
crudo di Parma o bresaola o speck		
3. Manhattan	normale fr. 8.50	MAXI fr. 10.00
prosciutto cotto, edamer, insalata, pomodori, salsa rosa		
4. Vegetariana	normale fr. 8.50	MAXI fr. 10.00
philadelphia, peperoni, melanzane, zucchine		
5. Tonnata	normale fr. 9.00	MAXI fr. 10.50
carpaccio di fesa di tacchino, mozzarella fior di latte, pomodori, rucola, salsa tonnata		
6. Bufala	normale fr. 9.00	MAXI fr. 10.50
mozzarella di bufala, pomodori, basilico fresco		
7. Asiatica	normale fr. 9.00	MAXI fr. 10.50
straccetti di pollo, peperoni, insalata, salsa indiana		
8. Speciale	normale fr. 9.50	MAXI fr. 11.00
crudo di Parma, brie, insalata, pomodori, salsa tonnata		
9. Valtellina	normale fr. 9.50	MAXI fr. 11.00
bresaola, brie, zucchine, rucola, salsa tartara		
10. Boscaiola	normale fr. 9.50	MAXI fr. 11.00
speck, tomino, pomodori, crema di carciofi		
11. Raffinata	normale fr. 9.50	MAXI fr. 11.00
carpaccio di Roastbeef, edamer, misticanza, salsa tartara		

PINSE (impasto con farina di soia e riso lievitata 72 ore)

1. Margherita	fr.12.00
pomodoro, mozzarella, origano	
2. Napoletana	fr.14.00
pomodoro, mozzarella, acciughe	
3. Vegetariana	fr. 14.00
pomodoro, mozzarella, verdure saltate	
4. Romana	fr.15.00
pomodoro, mozzarella, acciughe, capperi	
5. Cotto e Brie	fr.15.00
pomodoro, mozzarella, cotto, brie	
6. Crudo e Mascarpone	fr. 16.00
pomodoro, mozzarella, crudo, mascarpone	
7. Bufalina	fr. 16.00
pomodoro, mozzarella, bufala, pomodorini	