

<i>Teaism</i>										
Dietary Info	NUTS	COCONUT	SHELLFISH	VEGETARIAN	VEGAN	GLUTEN-FREE	DAIRY-FREE	SOY-FREE	Modifications & Notes 4/9/19	
<b>BIG DISHES</b>										
Grilled Salmon Entrée	N	modify	N	N	N	Y	Y	Y	substitute something for collards	
Okonomiyaki vegetable	N	N	N	Y	N	N	Y	N		
chicken	N	N	N	N	N	N	Y	N		
shrimp	N	N	Y	N	N	N	Y	N		
Beef Tacos	N	N	N	N	N	N	modify	N	dairy - no crema	
Salmon Tacos	N	N	N	N	N	Y	modify	Y	dairy - no crema	
South Indian Vegetable Curry	N	Y	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Organic Chicken Curry	N	Y	N	N	N	Y	Y	N		
Vegan Cheeseburger	walnuts	Y	N	Y	Y	N	Y	N	coconut & walnuts	
Korean Brisket Sandwich	N	modify	N	N	N	N	Y	N	omit fried onions	
Udon Noodle Soup vegetable	N	N	N	Y	Y	modify	Y	N	gf - rice instead of noodles	
chicken	N	N	N	N	N	modify	Y	N	gf - rice instead of noodles	
shrimp	N	N	Y	N	N	modify	Y	N	gf - rice instead of noodles	
Ochazuke pickled plum	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N*	*Puffed rice in sprinkles has small amt soy lecithin	
salmon	N	N	N	N	N	Y	Y	N*	*Puffed rice in sprinkles has small amt soy lecithin	
shrimp	N	N	Y	N	N	Y	Y	N*	*Puffed rice in sprinkles has small amt soy lecithin	
Middle Eastern Goat Cheese Salad	modify	N	N	Y	N	Y	N	modify	nuts - no pistachio; soy - modify to orange vinaigrette	
without goat cheese	modify	N	N	Y	Y	Y	Y	modify	nuts - no pistachio; soy - modify to orange vinaigrette	
Our Dream Salad	modify	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	nuts - no nut/seed sprinkle (almonds & cashews)	
<b>BENTOS</b>										
Fried Chicken Bento at LP & PQ	N	N	N	N	N	modify	Y	N	gf - chicken kabob instead of fried chicken	
Grilled Chicken Bento at DC	N	N	N	N	N	Y	Y	N		
Baked Chilled Salmon Bento	N	N	N	N	N	Y	Y	modify	soy - modify no tare sauce	
Black Bean Cake	cashews	Y	N	Y	Y	Y	Y	N		
Roll Your Own Handroll	N	N	N	N	N	modify	Y	N	gf - get tamari instead of soy sauce	
<b>TRASH OR TREASURE</b>										
Stir-fried Napa Cabbage Butts	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Broccoli Tots	N	N	N	Y	N	N	N	Y	vegetarian rennet	
Salmon Belly at PQ	N	N	N	N	N	Y	Y	Y		
<b>SIDE DISHES - HOT</b>										
Coconut Miso Broth	N	Y	N	Y	Y	Y	Y	N		
Lentil Soup	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Sauteed Broccoli	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Baby Kale & Chayote	N	Y	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Indonesian Collards	N	Y	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Brown Rice	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Flatbread	N	modify	N	Y	Y	N	Y	Y	request no coconut oil on flatbread	
Veg Kabob	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Chicken Kabob	N	N	N	N	N	Y	Y	N		
Shrimp Kabob	N	N	Y	N	N	Y	Y	modify	soy - modify no glaze	
<b>SIDE DISHES - COLD</b>										
Asian Slaw	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Cucumbers with Sumac Vinaigrette	N	N	N	Y	Y	Y	Y	modify	soy - get orange instead of sumac vinaigrette	
Broccoli with Orange Vinaigrette	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Beet Hummus	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Pipe Dreams Goat Cheese	N	N	N	Y	N	N	N	Y	vegetarian rennet	
Tea Cured Salmon	N	N	N	N	N	Y	Y	Y		
<b>SAUCES</b>										
Onion Sauce (on chicken bento)	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Chutney with flatbread	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Gochujang Sauce	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Okono Sauce	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Orange Vinaigrette	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y		
Sumac Vinaigrette	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Tare Sauce (on salmon bento)	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Togarashi Sauce	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Vegenaise	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Wasabi Mayo	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		
Yuzu Kosho (at DC & LP)	N	N	N	Y	Y	Y	Y	N		

<i>Teaism</i> Dietary Info	NUTS	COCONUT	SHELLFISH	VEGETARIAN	VEGAN	GLUTEN-FREE	DAIRY-FREE	SOY-FREE	Modifications & Notes 4/9/19
<b>AFTERNOON TEA</b>									
Japanese	N	N	Y	N	N	N	N	N	
Indian	modify	modify	N	Y	N	N	N	N	nuts - no almonds on rice pudding / coconut - no rice pudding
Moroccan	modify	N	N	N	N	N	N	N	nuts - no almonds on rice pudding/ no pistachios in salad
<b>BREAKFAST</b>									
Breakfast Okonomiyaki	N	N	N	modify	N	N	Y	N	vegetarian - no bacon
French Toast	N	N	N	Y	N	N	N	Y	
Buttermilk Waffle	N	N	N	Y	N	N	N	Y	
Buckwheat & Hempheart Pancakes	N	N	N	Y	N	Y	N	Y	
Scrambled Eggs	N	modify	N	Y	N	modify	N	Y	no coconut oil on flatbread / gf - no bread
Eggs & Salmon	N	modify	N	N	N	modify	N	Y	no coconut oil on flatbread / gf - no bread
Eggs & Bacon	N	modify	N	N	N	modify	N	Y	no coconut oil on flatbread / gf - no bread
Eggs & Sausage	N	modify	N	N	N	modify	N	Y	no coconut oil on flatbread / gf - no bread / PORK casing
Egg Sandwich	N	N	N	Y	N	N	N	N	
Egg Sandwich with Bacon	N	N	N	N	N	N	N	N	
Egg Sandwich with Sausage	N	N	N	N	N	N	N	N	PORK casing
Tempeh Scramble	N	Y	N	Y	Y	Y	Y	N	
Granola	pecans	N	N	Y	N	*	modify	Y	df - mango juice or coconut milk
Irish Oatmeal	modify	N	N	Y	modify	*	modify	Y	nuts - no almonds / vegan & df - no milk
Chicken Sausage	N	N	N	N	N	Y	Y	Y	PORK casing
Tea Cured Salmon	N	N	N	N	N	Y	Y	Y	
Turkey Bacon	N	N	N	N	N	Y	Y	Y	
Apple Gingerbread	N	N	N	Y	N	N	Y	Y	
Ginger Scones	N	Y	N	Y	modify	N	Y	N	vegan - sub coconut spread
<b>DESSERTS</b>									
Salty Oat Cookie	N	N	N	Y	N	N	N	Y	
Chocolate Salty Oat Cookie	N	Y	N	Y	N	N	N	Y	
Chunky Pecan Salty Oat Cookie	pecans	Y	N	Y	N	N	N	Y	
Cocoa Nib Cookie Trio	N	N	N	Y	N	N	N	Y	
Mandelbrot	pistachios	N	N	Y	N	N	N	Y	
Hempheart Cookie	Y	N	N	Y	N	Y	N	Y	
Hungarian Tea Cake	N	N	N	Y	N	N	N	Y	
Coconut Rice Pudding	modify	Y	N	Y	Y	Y	Y	Y	nuts - modify no almonds
Crème Brulee	N	N	N	Y	N	Y	N	Y	
Mochi	N	N	N	Y	Y	*	Y	Y	
Chocolate Coconut Cake	N	Y	N	Y	N	Y	N	Y	
Gelato	N	N	N	Y	N	Y	N	Y	
Sorbet	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	
<b>BEVERAGES</b>									
Chai	N	N	N	Y	N	Y	N	Y	
Teas & Tisanes	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	
Boba Tea as we make it	N	N	N	Y	N	Y	N	Y	
Just the Pearls	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	
Matcha Sweet Green Tea	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	
Ginger Limeade	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	
Chai Shake	N	N	N	Y	N	Y	N	Y	
Iced Chai	N	N	N	Y	N	Y	N	Y	
Lassi	N	N	N	Y	N	Y	N	Y	
All Juices	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	
Imli Cooler	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	
Sodas <i>please read label</i>	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	
Iced Tea/Tisane of the Day	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	

**DISCLAIMER**

While we have tried our best to thoroughly research these issues, we cannot guarantee the accuracy of the posted information. If you have questions, please consult a doctor.

All grains risk cross-contamination. We cook and bake with nuts and gluten so the risk of cross-contamination exists.

\* Items listed as gluten-free are not "CERTIFIED" Gluten Free. Cashiers have detailed binders with ingredient lists.

**Note:** All menu items on this chart may not be available at all Teaism locations.