

CENA	
Martedì	
Primi piatti	Insalata di riso 90g riso(BIO), 30 g piselli(CONV ITA), 40 g formaggio a pasta semidura(DOP), 40 g prosciutto a cubetti(NAZ), 60 g uovo(BIO), 50g verdure(CONV ITA), 10 g olio (CONV ITA), sale iodato Kcal: 650
	Sedanini rigati alla siciliana 90 g pasta(BIO), 50g mozzarella(DOP), 80 g passata di pomodoro(CONV ITA), 40 g melanzane(CONV ITA), 10 g di olio e.v.o.(CONV ITA), sale iodato Kcal: 560
	Pasta al sugo o in bianco 90 g di pasta(BIO), 5 g di olio(CONV ITA), 50 g di passata di pomodoro(CONV ITA), basilico, sale iodato 90 g di pasta(BIO), 10 g di olio(CONV ITA), sale iodato Kcal: 370 (al sugo)Kcal: 400 (in bianco)
Secondi piatti	Frittata alla pizzaioia 10 g di farina, 40 g mozzarella(DOP), 60 g uovo(BIO) , 80 g salsa di pomodoro(CONV ITA), 5 g parmigiano(DOP), 10 g olio e.v.o.(CONV ITA) sale iodato Kcal: 330
	Filetto di platessa alla sorrentina 200 g filetti di platessa(MSC), 80 g pomodorini(CONV ITA), 10 g olio e.v.o.(CONV ITA), 5 g capperi, sale iodato Kcal: 290
	Petto di pollo ai ferri 150 g di petto di pollo(CONV ITA), sale iodato Kcal: 150
Contorni	Ratatouille 200 g verdure (melanzane, zucchine, peperoni, cipolle, pomodori (CONV ITA)) 10 g olio e.v.o.(CONV ITA), aglio, sale iodato, timo, prezzemolo, basilico Kcal: 80
	Peperoni alla scacchiata 80 g peperoni, 40 g pomodori pelati(CONV ITA), 5 g capperi, 10 g olio e.v.o.(CONV ITA), vino bianco, aglio, cipolla, sale iodato Kcal: 85
Piatti Unici	Poke Bowl Salmone zucchine e zenzero (gr.320) 80 g riso(BIO), 150 g salmone(MSC), 30 g zucchine(CONV ITA), 30g pomodorini(CONV ITA), 30g mais(CONV ITA), 10g olio(CONV ITA), aceto di riso, salsa di soia, sale iodato, zenzero, limone Kcal: 680
	Parmigiana di melanzane con pane a biscotto (gr.300) 100 g pane biscottato, 60 g mozzarella(DOP), 10g formaggio(DOP), 80 g melanzane, 40 g passata di pomodoro(CONV ITA), 10 g olio e.v.o.(CONV ITA) Kcal: 650
	Fesa di tacchino, ricotta e bruschetta (gr280) 80 g di pane, 80 g fesa di tacchino(NAZ), 50 g ricotta(DOP), 40g rucola, 40g pomodorini(CONV ITA), 10g olio e.v.o.(CONV ITA) Kcal: 500
Le insalate	Mozzarella: Lattuga(150gr)(CONV. ITA), mozzarelline ciliegine(50gr)(DOP), mais(50gr)(CONV. ITA), pomodorini (90gr)(CONV. ITA), olive denocciolate (15gr)(CONV. ITA), pane (80gr) Kcal: 550
	Tonno: Lattuga (150gr)(CONV. ITA), tonno all'olio (50gr), pomodorini (90gr)(CONV. ITA), olive denocciolate(15gr)(CONV. ITA), pane (80gr) Kcal: 620
	Sfiziosa: Lattuga (150gr)(CONV. ITA), carciofini(15gr)(CONV. ITA), pecorino (7gr), mais (30gr)(CONV. ITA), olive denocciolate (15gr)(CONV. ITA), pane (80gr) Kcal: 640
	Cesar salad: Lattuga (150gr)(CONV. ITA) , pomodorini (90gr)(CONV. ITA), petto di pollo (50gr)(CONV. ITA), mais (30gr)(CONV. ITA), grana a scaglie (7gr)(DOP), olive denocc.(15gr)(CONV. ITA), pane(80gr) Kcal: 660
	Greca: Lattuga(150gr)(CONV. ITA), pomodorini(80gr)(CONV. ITA), feta(50gr), cetrioli(30gr)(CONV. ITA), cipolla(15gr), olive denocciolate(15gr)(CONV. ITA), pane (80gr) Kcal: 640
	Caprese: pomodoro (100gr) e mozzarella (100gr), crackers (80gr) Kcal: 530
Pizze	Napoletana 200g farina, lievito, 80 g passata di pomodoro(CONV ITA), sale iodato, 10g olio evo(CONV ITA) , aglio, origano Kcal: 750
	Margherita 200 g farina, lievito, 80 g passata di pomodoro(CONV ITA), 80 g fior di latte, 10g sale iodato, olio evo(CONV ITA), origano, basilico Kcal: 950
	Bianca al cotto e mais 200g farina, lievito, 80g fior di latte, 80g prosciutto cotto, 60g mais, sale, 10g olio evo(CONV ITA), sale iodato Kcal: 1110
	Salame e olive 200g farina, lievito, 40 g fior di latte, 80 g passata di pomodoro(CONV ITA), 80 g salame, 20g olive, 10g olio evo, sale iodato Kcal: 1340
	Salsiccia e patate 200g farina, lievito, 100g patate, 80g fior di latte, 50g salsiccia, 10g olio evo, sale iodato Kcal: 1230

LEGENDA:

*: SURGELATO - CONV ITA: PROVENIENZA ITALIA -BIO: BIOLOGICO -DOP: DENOMINAZIONE DI ORIGINE PROTETTA -SALE IODATO