

PRANZO	
Martedì	
Primi piatti	<p>Risotto con crema di peperoni e ricotta</p> <p>90 g di riso(BIO), 10 g di olio e.v.o(CONV. ITA), 50g ricotta(DOP), 50 g di peperoni(CONV), 10 g di parmigiano(DOP), sale iodato</p> <p>Kcal: 580</p>
	<p>Lasagna bianca</p> <p>46 g pasta all'uovo(BIO), 400 g condimento (besciamella, ragu di carne, parmigiano(DOP), olio evo (CONV. ITA), sale iodato</p> <p>Kcal: 600</p>
	<p>Farro all'insalata</p> <p>90 g di farro(BIO), 40g di piselli(*BIO), 40g di formaggio semiduro(DOP), 60 g uovo(BIO), 50g pomodorini(CONV), 10 g olio e.v.o(CONV.), sale iodato</p> <p>Kcal: 650</p>
	<p>Pasta al sugo o in bianco</p> <p>90 g di pasta(BIO), 5 g di olio(CONV), 50 g di passata di pomodoro(BIO), basilico, sale iodato/90 g di pasta(BIO), 10 g di olio(CONV), sale iodato</p> <p>Kcal: 370 (al sugo)Kcal: 400 (in bianco)</p>
Secondi Piatti	<p>Polpettone prosciutto e formaggio</p> <p>150 g di carne(CONV IT), 20 g di pan grattato, 10 g di farina, 20 g di prosciutto cotto(NAZ), 20 g uovo(BIO), 10 g latte vaccino(BIO), 5 g di parmigiano(DOP),sedano ,carote(* BIO) ,cipolle ,pomodoro(BIO) ,vino bianco, sale iodato</p> <p>Kcal: 330</p>
	<p>Bocconcini di spada al forno</p> <p>180 g pesce spada(MSC), olio evo(BIO),,limone ,pomodoro (CONV. ITA),rucola(CONV. ITA),prezzemolo, sale iodato</p> <p>Kcal: 250</p>
	<p>Mozzarella</p> <p>160 g mozzarella (DOP),Latte ,caglio ,sale</p> <p>Kcal: 400</p>
	<p>Petto di pollo ai ferri</p> <p>150 g di petto di pollo(CONV ITA), sale iodato, olio evo(CONV ITA)</p> <p>Kcal: 150</p>
Contorni	<p>Patate alla curcuma</p> <p>100 g patate(CONV), 5 g olio e.v.o.(CONV), curcuma q.b., sale iodato, pepe</p> <p>Kcal: 130</p>
	<p>Verdure alla griglia</p> <p>200 g melanzane, zucchine, peperoni (CONV ITA), olio evo (CONV ITA)</p> <p>Kcal: 60</p>
	<p>Fagiolini alla genovese</p> <p>80 g fagiolini(CONV. ITA), 40 g pomodorini(CONV ITA), sale iodato</p> <p>Kcal: 80</p>
Piatti Unici	<p>Poke Bowl Salmone zucchine e zenzero (gr.320)</p> <p>80 g riso(BIO), 150 g salmone(MSC), 80 g zucchine(CONV ITA), 10 g olio(CONV ITA), sale iodato</p> <p>Kcal: 680</p>
	<p>Parmigiana di melanzane con pane a biscotto (gr.300)</p> <p>100 g pane biscottato, 80 g mozzarella(DOP), 80 g melanzane(CONV ITA), 40 g passata di pomodoro(CONV ITA), 10 g olio e.v.o (CONV ITA)</p> <p>Kcal: 650</p>
	<p>Fesa di tacchino, ricotta e bruschetta (gr280)</p> <p>80 g di pane, 80 g fesa di tacchino(NAZ), 50 g ricotta(DOP), 10g olio e.v.o (CONV ITA)</p> <p>Kcal: 500</p>
Le insalate	<p>Mozzarella: Lattuga(150gr)(CONV. ITA), mozzarelline ciliegine(50gr)(DOP), mais(50gr)(CONV. ITA), pomodorini (90gr)(CONV. ITA), olive denocciolate (15gr)(CONV. ITA), pane (80gr)</p> <p>Kcal: 550</p>
	<p>Tonno: Lattuga (150gr)(CONV. ITA), tonno all'olio (50gr), pomodorini (90gr)(CONV. ITA), olive denocciolate(15gr)(CONV. ITA), pane (80gr)</p> <p>Kcal: 620</p>
	<p>Sfiziosa: Lattuga (150gr)(CONV. ITA), carciofini(15gr)(CONV. ITA), pecorino (7gr), mais (30gr)(CONV. ITA), olive denocciolate (15gr)(CONV. ITA), pane (80gr)</p> <p>Kcal: 640</p>
	<p>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)</p> <p>Kcal: 660</p>
	<p>Greca: Lattuga(150gr)(CONV. ITA), pomodorini(80gr)(CONV. ITA), feta(50gr), cetrioli(30gr)(CONV. ITA), cipolla(15gr), olive denocciolate(15gr)(CONV. ITA), pane (80gr)</p> <p>Kcal: 640</p>
	<p>Caprese: pomodoro (100gr) e mozzarella (100gr), crackers (80gr)</p> <p>Kcal: 530</p>
Pizze	<p>Napoletana</p> <p>200g farina, lievito, 80 g passata di pomodoro(CONV ITA), sale, 10g olio evo(CONV ITA) , aglio, origano</p> <p>Kcal: 750</p>
	<p>Margherita</p> <p>200 g farina, lievito, 80 g passata di pomodoro(CONV ITA), 80 g fior di latte, 10g sale, olio evo(CONV ITA), origano, basilico</p> <p>Kcal: 950</p>
	<p>Bianca al cotto e mais</p> <p>200g farina, lievito, 80g fior di latte, 80g prosciutto cotto, 60g mais, sale, 10g olio evo(CONV ITA), sale iodato</p> <p>Kcal: 1110</p>
	<p>Salame e olive</p> <p>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</p> <p>Kcal: 1340</p>
	<p>Salsiccia e patate</p> <p>200g farina, lievito, 100g patate, 80g fior di latte, 50g salsiccia, 10g olio evo(CONV ITA), sale iodato</p> <p>Kcal: 1230</p>