

PRANZO	
Venerdì	
Primi piatti	Tubetti piselli e pancetta 90 g pasta(BIO), 50 g pancetta(NAZ), 40 g piselli*, 10 g olio e.v.o.(BIO) Kcal: 610
	Pasta all'insalata 90 g pasta(BIO), 30 g piselli*, 40 g formaggio a pasta semi-dura(DOP), 40 g prosciutto a cubetti(NAZ), 60 g uovo(BIO), 50 g verdure varie(CONV ITA), 10 g olio e.v.o (BIO) Kcal: 630
	Calamarata 90 g pasta(BIO), 50 g calamari*, 80 g pomodorini(CONV ITA), 10 g olio e.v.o.(BIO) , sale iodato, pepe Kcal: 560
	Pasta al sugo o in bianco 90 g di pasta(BIO), 5 g di olio evo(BIO), 50 g di passata di pomodoro(BIO), basilico, sale iodato \ 90 g di pasta(BIO), 10 g di olio evo(BIO), sale iodato Kcal: 370 (al sugo)Kcal: 400 (in bianco)
Secondi Piatti	Straccetti di pollo con pomodorini e olive 150 g pollo(BIO), 80 g pomodorini(CONV ITA), 10g olive Kcal: 270
	Filetto di merluzzo panato/gratinato 180 g merluzzo*, 10 g farina, 5 g olio e.v.o.(BIO) sale iodato Kcal: 170
	Uova e speck 40 g speck, 60 g uovo(BIO) Kcal: 260
	Petto di pollo ai ferri 150 g di petto di pollo(BIO), sale iodato Kcal: 150
Contorni	Zucchine e patate gratinate 100 g patate(BIO), 10 g pane grattugiato, 150 g zucchine(BIO), 5 g olio e.v.o(BIO), sale iodato Kcal: 180
	Melanzane con olive e capperi 150 g melanzane(BIO), 5 g capperi, 10 g olive, 5 g olio e.v.o (BIO) , aglio, cipolla, sale iodato Kcal: 170
	Insalata di pomodori e cetrioli 80 g pomodori(BIO), 70 g cetrioli(BIO) Kcal: 30
Piatti Unici	Poke bowl pollo e cipollotto (gr.300) 80g riso(BIO), 150 g pollo(BIO), 80 g cipollotto, 15 g olive , aceto di riso, salsa di soia, sale iodato, prezzemolo Kcal: 570
	Frittata di spaghetti(gr.270) 80 g pasta(BIO), 60 g uovo(BIO), 50 g passata di pomodoro(BIO), 30g rucola(BIO), 30 g Formaggio a pasta filata(BIO), 30 g prosciutto cotto(NAZ), 5 g olio e.v.o.(BIO), 80 g passata di pomodoro (BIO) Kcal: 780
	Prosciutto e melone con pomodorini e grissini (gr.300) 80 g prosciutto crudo(NAZ), 180 g melone(CONV ITA), 80 g pomodorini(CONV ITA), 40 g grissini, 10 g olio e.v.o., sale iodato Kcal: 400
Le insalate	Mozzarella: Lattuga(150gr)(BIO), mozzarelline ciliegine(50gr)(DOP), mais(50gr), pomodorini (90gr)(BIO), olive denocciolate (15gr), pane (80gr) Kcal: 550
	Tonno: Lattuga (150gr)(BIO), tonno all'olio (50gr), pomodorini (90gr)(BIO), olive denocciolate(15gr), pane (80gr) Kcal: 620
	Sfiziosa: Lattuga (150gr)(CONV ITA), carciofini(15gr)(CONV ITA), pecorino (7gr), mais (30gr), olive denocciolate (15gr), pane (80gr) Kcal: 640
	Cesar salad: Lattuga (150gr) (CONV ITA), pomodorini (90gr)(CONV ITA), petto di pollo (50gr)(BIO), mais (30gr), grana a scaglie (7gr)(DOP), olive denocc.(15gr), pane(80gr) Kcal: 660
	Greca: Lattuga(150gr)(CONV ITA), pomodorini(80gr)(CONV ITA), feta(50gr), cetrioli(30gr)(CONV ITA), cipolla(15gr), olive denocciolate(15gr), pane (80gr) Kcal: 640
	Caprese: pomodoro (100gr)(CONV ITA) e mozzarella (100gr)(DOP), crackers (80gr) Kcal: 530
Pizze	Napoletana 200g farina, lievito, 80 g passata di pomodoro(BIO), sale iodato, 10g olio evo(BIO), aglio, origano Kcal: 750
	Margherita 200 g farina, lievito, 80 g passata di pomodoro(BIO), 80 g fior di latte, 10g sale iodato, olio evo(BIO), origano, basilico Kcal: 950
	Ortolana 200 g farina, lievito, 80 g fior di latte, 120 g verdure grigliate (melanzane, zucchine, peperoni(CONV ITA)), 20 g olive, 10 g olio e.v.o, sale Kcal: 1140
	Diavola 200g farina, 40 g fior di latte, lievito, 80g passata di pomodoro(BIO), 80g salame piccante, sale iodato, 10g olio evo(BIO) Kcal: 1160
	Margherita con melanzane a funghetto 200 g farina, lievito, 80 g passata di pomodoro(BIO), 80 g fior di latte, 80 g melanzane(CONV ITA), 10g sale iodato, olio evo(BIO), origano, basilico Kcal: 1050