



ENERGIA

KITCHENLAB

01.12
LUNEDÌ

Con Energia KitchenLAB pranzo pronto da gustare dove vuoi:
nell'area ristorante o dove preferisci tu, con il nostro servizio take away!

I NOSTRI PIATTI

Insalatina, feta, finocchi, noci e olive <i>latte, frutta a guscio</i>	9
Insalata di misticanza con calamari gratinati <i>molluschi, glutine</i>	10
Tofu con basmati e verdure  <i>soia</i>	10
Strozzapreti con zucca e speck <i>glutine</i>	10
Gnocchi con gamberi e zucchine <i>crostacei, glutine</i>	10
Tagliata di manzo con contorni	14
Salmone al gratè e contorni <i>pesce, glutine</i>	14

INSALATE

Mista  Lattuga, rucola, carote, pomodori, finocchio	6
Insalatona Lattuga, rucola, carote, pomodori, finocchio, olive taggiasche, tonno <i>pesce</i>	8
Caesar Salad Wellness Lattuga, pollo, scaglie di grana, crostini di pane <i>uova, latte, glutine</i>	8

Pane fatto in casa e coperto € 1.

Su richiesta pasta Gluten Free € da definire

Per variazioni/intolleranze alimentari chiedere al personale
al momento dell'ordine € da definire

IL NUTRIZIONISTA CONSIGLIA

Proposte del giorno bilanciate ed equilibrate pensate dal Dott. Francesco Ruggiero

CEREALI | PROTEINE | VERDURE

Branzino alla piastra con riso <i>pesce</i>	15
Pollo alla curcuma con cous-cous <i>glutine</i>	14
Minestrone di verdure e legumi 	9

COMPONI IL TUO PIATTO € da definire

per indicazioni di peso chiedere al personale al momento dell'ordine

CEREALI

Riso
Riso venere
Cous cous
Orzo
Farro

PROTEINE

Pesce
Carne
Legumi
Uova
Formaggio

VERDURE

Verdure
di stagione

GRASSI

Olio
Avocado
Frutta secca