



ENERGIA

KITCHENLAB

31.07
VENERDI'

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

Misticanza, straccetti di manzo, scaglie di grano , sesamo e pomodori secchi	10
Crostone alle erbe, yogurt greco, salmone e zest di limone	12
pesce, glutine	
Polpette vegane al sugo	10
Farfalle al sugo di melanzane e pecorino	10
glutine	
Fusilli con branzino, pendolini e taggiasche	12
glutine, pesce	
Burger di manzo e contorni	14
Spiedini di gamberi e verdure	14
crostacei, glutine	

INSALATE

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

"Gli allergeni presenti nelle singole preparazioni sono indicati nel menù e/o nel Libro degli Allergeni, disponibile per la consultazione.
Si informa tuttavia che, pur adottando adeguate procedure di autocontrollo e misure volte a prevenire le contaminazioni crociate, non è possibile escludere completamente la presenza accidentale di tracce di altri allergeni negli alimenti somministrati."

IL NUTRIZIONISTA CONSIGLIA

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

CEREALI | PROTEINE | VERDURE

Cous-cous con gamberi	12
crostacei, glutine	
Tagliata di pollo con scaglie di grana	13
Frittatina di ceci e contorni	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