



ENERGIA

KITCHENLAB

05.03
GIOVEDÌ

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, speck, pomodori secchi e pecorino	10
<i>latte</i>	
Insalatina di seppia	10
<i>molluschi</i>	
Tagliata di tofu e contorni	10
<i>soia</i>	
Ravioli, burro e salvia	10
<i>glutine, latte, uova</i>	
Fusilli, gamberi, limone e pinoli	11
<i>crostacei, f guscio</i>	
Omelette e contorni	10
Spiedini di calamari e contorni	14
<i>molluschi, glutine</i>	

INSALATE

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

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

Gamberi al curry e basmati	15
<i>crostacei, latte</i>	
Pollo al limone e riso	13
<i>latte</i>	
Cous-cous, fagiolini, piselli e verdure	9
<i>glutine</i>	

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