



LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
Pasta alla trapanese	Insalata di cous cous alla marinara	Insalata di pasta con fave e zucca	Insalata di cereali e verdure	Farfalle alla caprese	Insalata di riso	Penne integrali con pomodoro, acciughe e capperi
Carpaccio di vitello	Insalata di tonno, fagioli e cipolla	Lonza agli aromi	Arrosto di tacchino al forno	Caponata di pesce	Petto di pollo in salsa barbecue	Salumi e formaggi
Patate prezzemolate	Pomodoro e olive	Insalata di fagiolini	Patate e olive	Zucca in agrodolce	Fagiolini all'olio	Carote julienne

Alternative fisse



LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
Farfalle con salmone affumicato e pomodorini	Riso con quinoa e verdure	Pasta al pesto	Insalata di riso e lenticchie	Cous cous di verdure	Insalata di farro e lenticchie	Insalata di pasta con zucchine e basilico
Insalata di calamari	Pepite di nasello alle olive	Insalata di Polpo e patate	Involtini di fesa di tacchino	Vitello tonnato	Insalata sorrentina	Piadina fredda con tonno e olive
Fagiolini	Lattuga e mais	Insalata mista	Cavoli saltati	Insalata di pomodoro	Patate prezzemolate	Lattuga e rucola

Alternative fisse

MENU SOCIAL FOOD » AUTUNNO/INVERNO - SETTIMANA 2

PRANZO							
	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
<b>P R I M I</b>	[P1] - Pasta alla Trapanese 🍝 🌿 🍷 🍷	[P1] - INSALATA DI COUSCOUS ALLA MARINARA 🍷 🍷 🍷 🍷 🍷 🍷	[P1] - Insalata di pasta con fave e zucca 🍷 🍷	[P1] - Fesa di tacchino all'inglese [P2] - Insalata di cereali e verdure invernali 🍷 🍷	[P1] - Pasta alla caprese 🍷 🍷 🍷 🍷	[P1] - Insalata di riso 🍷 🍷 🍷 🍷	[P1] - Pasta con pomodoro, acciughe e capperi 🍷 🍷 🍷 🍷
<b>S E C O N D I</b>	[S1] - Carpaccio di manzo 🍷 🍷 🍷	[S1] - Tonno rosso, fagioli e cipolla 🍷	[S1] - Lonza di suino agli aromi 🍷 🍷 🍷		[S1] - Caponata di pesce spada 🍷 🍷 🍷 🍷	[S1] - Pollo alla griglia con salsa barbecue	[S1] - Salumi e formaggi 🍷 🍷
<b>A L T R O</b>	[C1] - Patate prezzemolate 🍷 [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍷	[C1] - Insalata di pomodori e olive [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍷	[C1] - Insalata di fagiolini 🍷 [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍷	[C1] - Patate e olive 🍷 [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍷	[C1] - Zucca in agrodolce 🍷 [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍷	[C1] - Insalata di fagiolini 🍷 [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍷	[C1] - Carote a julienne [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍷

**LEGENDA ALLERGENI**

🍷 Soia e prodotti a base di Soia, 🍷 Senape e prodotti a base di Senape, 🍷 Cereali contenenti glutine: **Grano**, 🍷 Pesce e prodotti a base di Pesce, 🍷 Sedano e prodotti a base di Sedano, 🍷 Molluschi e prodotti a base di Molluschi, 🍷 Contiene ingredienti surgelati/congelati, 🍷 Anidride Solforosa e Solfiti >10 mg/l, 🍷 Cereali contenenti glutine: **Orzo**, 🍷 Latte e prodotti a base di Latte, 🍷 Uova e prodotti a base di Uova, 🍷 Contiene carne di suino,

MENU SOCIAL FOOD » AUTUNNO/INVERNO - SETTIMANA 2

CENA							
	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
<b>P R I M I</b>	[P1] - Farfallette al Salmone affumicato e pomodorini confit 🐟 🍅 🥔 🌿	[P1] - Riso e quinoa con verdure 🍴 🌿	[P1] - Pasta al pesto 🍴 🌿 🥔 🍅 •	[P1] - Insalata di riso e lenticchie	[P1] - Cous cous di verdure 🍴 🌿	[P1] - Insalata di farro e lenticchie 🍴 🌿	[P1] - Pasta al pesto di zucchine e basilico 🍴 🌿 🍅 🥔 🍷
<b>S E C O N D I</b>	[S1] - Insalata di calamari 🍴 🌿 🍷	[S1] - Crocchette di nasello alle olive in salsa citronette 🍴 🌿 🍷 🍅 🥔	[S1] - Polpo in insalata con patate 🍴 🌿 🍷	[S1] - Involtini di fesa di tacchino con insalata russa 🍴 🌿	[S1] - Vitello tonnato 🍴 🌿 🍷	[S1] - Insalata con pomodorini, mozzarella e olive 🍴 🌿 🍷	[S1] - rotoli di Piadina fredda con tonno e olive 🍴 🌿 🍷 🍅 🥔
<b>A L T R O</b>	[C1] - Insalata di fagiolini 🌿 [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍞	[C1] - Insalata di lattuga, mais e origano [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍞	[C1] - Insalata mista [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍞	[C1] - Cavoli saltati [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍞	[C1] - Insalata di pomodoro [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍞	[C1] - Patate prezzemolate 🍷 [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍞	[C1] - Lattuga e rucola [Fr1] - Frutta fresca di stagione [PF1] - Pane 🍞

**LEGENDA ALLERGENI**

🐟 Pesce e prodotti a base di Pesce, 🍲 Soia e prodotti a base di Soia, 🍷 Senape e prodotti a base di Senape, 🌿 Cereali contenenti glutine: **Grano**, 🍴 Sedano e prodotti a base di Sedano, ❄️ Contiene ingredienti surgelati/congelati, 🥛 Latte e prodotti a base di Latte, 🍅 Frutta a guscio: **Noce di Acagiù**, 🍴 Cereali contenenti glutine: **Farro**, 🍷 Uova e prodotti a base di Uova, 🍷 Anidride Solforosa e Solfiti >10 mg/l, 🍴 Molluschi e prodotti a base di Molluschi,

# Elenco degli allergeni

Nome piatto	Cereali con glutine	Crostacei	Uova	Pesce	Arachidi	Soia	Latte	Frutta a guscio	Sedano	Senape	Sesamo	Lupini	Molluschi	Solfiti
-------------	---------------------	-----------	------	-------	----------	------	-------	-----------------	--------	--------	--------	--------	-----------	---------

Nome piatto	Cereali con glutine	Crostacei	Uova	Pesce	Arachidi	Soia	Latte	Frutta a guscio	Sedano	Senape	Sesamo	Lupini	Molluschi	Solfiti
Cous cous di verdure	P								P					
Farfallette al Salmone affumicato e pomodorini confit	P			P		P				P				
Fesa di tacchino all'inglese														
Insalata di cereali e verdure invernali	P								P					
INSALATA DI COUSCOUS ALLA MARINARA	P			P					P				P	P
Insalata di farro e lenticchie	P								P					
Insalata di pasta con fave e zucca	P					P				P				
Insalata di riso				P			P		P					
Insalata di riso e lenticchie														
Pasta al pesto	P					P	P	P		P				
Pasta al pesto di zucchine e basilico	P		P			P	P			P				P
Pasta alla caprese	P					P	P			P				
Pasta alla Trapanese	P					P				P				
Pasta con pomodoro, acciughe e capperi	P			P		P				P				
Riso e quinoa con verdure									P					

Nome piatto	Cereali con glutine	Crostacei	Uova	Pesce	Arachidi	Soia	Latte	Frutta a guscio	Sedano	Senape	Sesamo	Lupini	Molluschi	Solfiti
Caponata di pesce spada				P					P					P
Carpaccio di manzo			P				P							
Crocchette di nasello alle olive in salsa citronette	P		P	P										P
Insalata con pomodorini, mozzarella e olive							P							
Insalata di calamari									P				P	P
Involtili di fesa di tacchino con insalata russa			P											
Lonza di suino agli aromi						P			P					
Pollo alla griglia con salsa barbecue														
Polpo in insalata con patate													P	P
rotoli di Piadina fredda con tonno e olive	P		P	P					P					
Salumi e formaggi							P							
Tonno rosso, fagioli e cipolla				P										

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Legenda: P = presente; T = tracce

# Elenco degli allergeni

Nome piatto	Cereali con glutine	Crostacei	Uova	Pesce	Arachidi	Soia	Latte	Frutta a guscio	Sedano	Senape	Sesamo	Lupini	Molluschi	Solfiti
-------------	---------------------	-----------	------	-------	----------	------	-------	-----------------	--------	--------	--------	--------	-----------	---------

## Secondi

Vitello tonnato			<b>P</b>	<b>P</b>											
-----------------	--	--	----------	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## Contorni

Carote a julienne															
Cavoli saltati															
Insalata di fagiolini															
Insalata di lattuga, mais e origano															
Insalata di pomodori e olive															
Insalata di pomodoro															
Insalata mista															
Lattuga e rucola															
Patate e olive															<b>P</b>
Patate prezzemolate															<b>P</b>
Patate prezzemolate															<b>P</b>
Zucca in agrodolce															<b>P</b>

## Frutta

Frutta fresca di stagione															
---------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



## Pane e Prodotti da forno

Pane	<b>P</b>														
------	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Legenda: P = presente; T = tracce

## Elenco delle ricette












Nome piatto	Ingredienti
<b>Primi</b>	
Cous cous di verdure	Couscous ( <b>grano</b> ) : 70 g, Melanzana fresca : 25 g, Zucchini fresca : 25 g, <b>Sedano</b> Verde fresco : 10 g, Carota fresca : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Prezzemolo fresco : 2 g, Pepe Nero : 0.2 g, Sale fino : 0.2 g
Farfallette al Salmone affumicato e pomodorini confit	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua [ <b>senape, soia</b> ]) : 80 g, Salmone affumicato ( <b>pesce</b> ) : 30 g, Pomodoro Ciliegini : 20 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Aglio fresco : 0.5 g, Sale fino : 0.5 g
Fesa di tacchino all'inglese	Tacchino Fesa intera refrigerata : 100 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Prezzemolo fresco : 4 g, Limone Succo : 3 g, Sale fino : 1 g
Insalata di cereali e verdure invernali	Broccolo fresco : 50 g, Riso Parboiled : 40 g  , Zucca Gialla fresca : 40 g, <b>Orzo</b> Perlato : 30 g, Ceci secchi : 10 g, Cipolla Dorata : 10 g, Carota fresca : 10 g, <b>Sedano</b> Verde fresco : 5 g, Prezzemolo fresco : 4 g, Curcuma : 3 g, Sale fino : 0.5 g
INSALATA DI COUSCOUS ALLA MARINARA	Couscous ( <b>grano</b> ) : 70 g, Patata fresca IV gamma cubettata ( <b>solfiti</b> ) : 30 g  , Tonno al naturale ( <b>pesce</b> ) : 20 g, Pomodoro Ciliegini : 20 g, Cozza ssguscata surgelata ( <b>molluschi</b> ) : 15 g, Vongola surgelata ( <b>molluschi</b> ) : 10 g, Insalatina - Mix di ortaggi a filetti (Carote 52%, sedani-rapa 38,5%, peperoni 9,4%, acqua. Additivi: conservanti: sale - dolcificanti naturali: zucchero: acidificanti/antiossidanti: E330, E300, anidride solforosa E220 (residuo). [ <b>sedano</b> ]) : 10 g, <b>Sedano</b> Verde fresco : 10 g, Mais : 6 g, Prezzemolo fresco : 5 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Aglio fresco : 1 g, Sale fino iodato : 0.5 g
Insalata di farro e lenticchie	<b>Farro</b> : 40 g, Lenticchia secca : 40 g, Pomodoro Ciliegini : 30 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Basilico fresco : 3 g, Cipolla Dorata : 3 g, <b>Sedano</b> Verde fresco : 3 g, Carota fresca : 3 g, Sale fino : 0.5 g
Insalata di pasta con fave e zucca	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro - Farfalle (Semola di grano duro, acqua [ <b>senape, soia</b> ]) : 80 g, Zucca Gialla fresca : 40 g, Fave surgelate : 30 g, Cipolla Dorata : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Prezzemolo fresco : 4 g, Sale fino : 0.5 g
Insalata di riso	Riso Parboiled : 80 g  , Tonno al naturale ( <b>pesce</b> ) : 30 g, Tacchino Fesa arrosto : 20 g, Insalatina - Mix di ortaggi a filetti (Carote 52%, sedani-rapa 38,5%, peperoni 9,4%, acqua. Additivi: conservanti: sale - dolcificanti naturali: zucchero: acidificanti/antiossidanti: E330, E300, anidride solforosa E220 (residuo). [ <b>sedano</b> ]) : 20 g, Emmenthal ( <b>latte</b> ) : 10 g, Pisello Fine surgelato : 8 g, Olio extravergine di Oliva : 7 g, Sale fino : 1 g
Insalata di riso e lenticchie	Pomodoro Datterino : 50 g, Riso Parboiled : 50 g  , Lenticchia media secca : 40 g, Carota fresca : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 8 g, Erba Cipollina : 2 g, Basilico fresco : 2 g, Menta : 1 g, Alloro secco : 1 g, Pepe Nero : 0.5 g, Sale fino : 0.5 g, Zafferano : 0.2 g 
Pasta al pesto	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua [ <b>senape, soia</b> ]) : 80 g, Pesto alla Genovese ( <b>latte, anacardi</b> ) : 30 g, Basilico fresco : 20 g, Misto di uvetta e pinoli : 10 g, Parmigiano Reggiano Grattugiato DOP ( <b>Latte, sale, caglio</b> ) : 5 g  , Aglio fresco : 1 g, Sale fino : 0.5 g
Pasta al pesto di zucchine e basilico	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua [ <b>senape, soia</b> ]) : 80 g, Zucchini fresca : 60 g, Basilico fresco : 20 g, Olio extravergine di Oliva : 10 g, Patata fresca IV gamma cubettata ( <b>solfiti</b> ) : 10 g  , Formaggio grattugiato ( <b>Latte, sale, caglio</b> conservante: liozima (proteina naturale estratta dall' <b>uovo</b> ). Mix di formaggi grattugiati freschi di grattugia (formaggi a pasta dura, Parmigiano Reggiano, Grana Padano. ) : 8 g, Pinolo : 4 g, Sale fino : 0.5 g
Pasta alla caprese	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua [ <b>senape, soia</b> ]) : 80 g, Pomodoro : 50 g  , Mozzarella ( <b>latte, caglio, fermenti lattici, sale</b> ) : 40 g  , Olio extravergine di Oliva : 5 g, Basilico fresco : 3 g, Sale fino : 0.5 g
Pasta alla Trapanese	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua [ <b>senape, soia</b> ]) : 80 g, Pomodoro : 70 g  , Aglio fresco : 2 g, Basilico fresco : 2 g, Olio extravergine di Oliva : 2 g, Sale fino : 0.1 g
Pasta con pomodoro, acciughe e capperi	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua [ <b>senape, soia</b> ]) : 80 g, Pomodoro : 50 g  , Olio extravergine di Oliva : 7 g, Acciuga o Alice filetti sott'olio ( <b>pesce</b> ) : 4 g, Prezzemolo fresco : 4 g, Cappero al sale (Cappero, sale. ) : 3 g, Aglio fresco : 1 g, Sale fino : 0.5 g
Riso e quinoa con verdure	Riso Parboiled : 50 g  , Broccolo surgelato : 40 g, Carota a rondelle surgelata : 30 g, Zucchini fresca : 30 g, QUINOA MIX BIOLOGICA (Quinoa bianca secca* 60%, quinoa rossa secca* 20%, quinoa nera secca* 20%. *=biologica ) : 20 g, <b>Sedano</b> Verde fresco : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Prezzemolo fresco : 2 g, Zafferano : 0.5 g  , Sale fino : 0.2 g, Pepe Nero : 0.2 g
<b>Secondi</b>	
Caponata di pesce spada	<b>Pesce</b> Spada surgelato : 80 g, Melanzana fresca : 80 g, Pomodoro Pelati : 30 g, <b>Sedano</b> Verde fresco : 5 g, Oliva Verde snocciolata (olive verdi, acqua, sale ) : 5 g, Cappero al sale (Cappero, sale. ) : 3 g, Olio extravergine di Oliva : 3 g, Zucchero bianco : 2.5 g, Cipolla Dorata : 2.5 g, Aceto di Vino Bianco (Vino ( <b>solfiti</b> )) : 2.5 g, Sale fino : 1 g
Carpaccio di manzo	Bovino adulto tagli diversi : 80 g, Insalata Rucola : 20 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO ( <b>Latte, sale, caglio [uovo]</b> ) : 20 g  , Olio extravergine di Oliva : 5 g, Limone Succo : 5 g
Crocchette di nasello alle olive in salsa citronette	Nasello Filetti surgelato ( <b>pesce</b> ) : 80 g, Patata fresca IV gamma cubettata ( <b>solfiti</b> ) : 50 g  , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 20 g, <b>Uova</b> Intere pastorizzate : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 10 g, Limone Succo : 8 g, Oliva Verde snocciolata (olive verdi, acqua, sale ) : 6 g, Cipolla Dorata : 6 g, Prezzemolo fresco : 5 g, Sale fino : 0.1 g

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione





## Elenco delle ricette

### Nome piatto      Ingredienti

#### Secondi

Insalata con pomodorini, mozzarella e olive	Pomodoro : 80 g  Mozzarella ( <b>latte</b> , caglio, fermenti lattici, sale ) : 60 g  Oliva Verde snocciolata (olive verdi, acqua, sale ) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Origano : 0.5 g, Sale fino : 0.5 g
Insalata di calamari	Calamaro surgelato ( <b>molluschi</b> ) : 150 g, Patata fresca IV gamma cubettata ( <b>solfiti</b> ) : 50 g  , Insalatina - Mix di ortaggi a filetti (Carote 52%, sedani-rapa 38,5%, peperoni 9,4%, acqua. Additivi: conservanti: sale - dolcificanti naturali: zucchero: acidificanti/antiossidanti: E330, E300, anidride solforosa E220 (residuo). [ <b>sedano</b> ]) : 40 g, Pomodoro Ciliegini : 25 g, <b>Sedano Verde</b> fresco : 20 g, Olio extravergine di Oliva : 10 g, Prezzemolo fresco : 5 g, Limone Succo : 5 g, Sale fino : 0.1 g
Involtilini di fesa di tacchino con insalata russa	Tacchino Fesa arrosto : 60 g, Insalata russa surgelata (ingredienti: 33,4% carote, 33,3% piselli, 33,3% patate ) : 40 g, Maionese ( <b>uova</b> ) : 20 g
Lonza di suino agli aromi	Maiale Lonza refrigerata : 100 g, Brodo vegetale ( Pomodoro Pelati  Carota  <b>Sedano</b>  Cipolla Bianca  Prep. granulare per brodo veg. (sz. glutammato -sz glutine)  Acqua [ <b>soia</b> ]) : 30 g, Cipolla Dorata : 5 g, <b>Sedano Verde</b> fresco : 5 g, Carota fresca : 5 g, Farina di Riso - Prodotto dietetico realizzato con materie prime prive di glutin : 4 g, Rosmarino : 0.1 g, Sale fino : 0.1 g, Salvia essicata : 0.1 g
Pollo alla griglia con salsa barbecue	Pollo Coscia refrigerata : 250 g, Salsa barbecue (SEMI-CONCENTRATO DI POMODORO, ACQUA, ZUCCHERO, ACETO DI VINO, SCIROPPO DI GLUCOSIO-FRUTTOSIO, SALE, AMIDO DI MAIS, AMIDO MODIFICATO DI MAIS, ZUCCHERO CAMELLATO, AROMI, AROMA DI AFFUMICATURA , CIPOLLA IN POLVERE, PEPERONCINO IN POLVERE ) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Rosmarino : 3 g, Limone Succo : 3 g, Sale fino : 0.1 g
Polpo in insalata con patate	Polpo ( <b>molluschi</b> ) : 160 g, Patata fresca IV gamma cubettata ( <b>solfiti</b> ) : 70 g  , Olio extravergine di Oliva : 10 g, Prezzemolo fresco : 5 g, Pepe Nero : 0.1 g, Sale fino : 0.1 g
rotoli di Piadina fredda con tonno e olive	Piadina, surgelata (Farina di <b>grano</b> - Acqua - Strutto - Sale - Agenti lievitanti E 450 e E 500 - Amido. ) : 60 g, Tonno al naturale ( <b>pesce</b> ) : 30 g, Maionese ( <b>uova</b> ) : 30 g, Oliva Verde snocciolata (olive verdi, acqua, sale ) : 10 g, Insalatina - Mix di ortaggi a filetti (Carote 52%, sedani-rapa 38,5%, peperoni 9,4%, acqua. Additivi: conservanti: sale - dolcificanti naturali: zucchero: acidificanti/antiossidanti: E330, E300, anidride solforosa E220 (residuo). [ <b>sedano</b> ]) : 10 g
Salumi e formaggi	Emmenthal ( <b>latte</b> )  , Salame Milano  , Formaggio a pasta filata ( <b>Latte</b> , sale, caglio ) , Prosciutto Cotto , Prosciutto Crudo
Tonno rosso, fagioli e cipolla	Fagiolo Cannellini secco : 40 g, Tonno al naturale ( <b>pesce</b> ) : 40 g, Olio extravergine di Oliva : 10 g, Cipolla Rossa : 10 g, Prezzemolo fresco : 3 g, Limone Succo : 3 g, Sale fino : 0.5 g, Pepe Nero : 0.2 g
Vitello tonnato	Bovino adulto tagli diversi : 100 g, Maionese ( <b>uova</b> ) : 30 g, Tonno sott'olio di girasole ( <b>pesce</b> ) : 15 g, Capperi al sale (Capperi, sale. ) : 3 g, Olio extravergine di Oliva : 2 g, Sale fino : 1 g

#### Contorni

Carote a julienne	Carota fresca : 80 g
Cavoli saltati	Cavolo Cappuccio Verde : 200 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Aglio fresco : 1 g, Sale fino : 1 g
Insalata di fagiolini	Fagiolini surgelati : 200 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Sale fino : 0.5 g
Insalata di lattuga, mais e origano	Lattuga Iceberg : 70 g, Mais : 10 g, Origano essicato : 4 g
Insalata di pomodori e olive	Pomodoro : 140 g  , Oliva Verde snocciolata (olive verdi, acqua, sale ) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Origano : 2 g, Sale fino : 1 g
Insalata di pomodoro	Pomodoro Verdi : 150 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Origano : 2 g
Insalata mista	Lattuga Iceberg : 40 g, Carota fresca : 40 g
Lattuga e rucola	Lattuga Iceberg : 50 g, Insalata Rucola : 30 g
Patate e olive	Patata fresca IV gamma cubettata ( <b>solfiti</b> ) : 150 g  , Oliva Verde snocciolata (olive verdi, acqua, sale ) : 8 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Origano essicato : 4 g, Sale fino : 0.5 g
Patate prezzemolate	Patata fresca IV gamma cubettata ( <b>solfiti</b> ) : 200 g  , Olio extravergine di Oliva : 5 g, Prezzemolo fresco : 5 g, Sale fino : 1 g
Patate prezzemolate	Patata fresca IV gamma cubettata ( <b>solfiti</b> ) : 150 g  , Olio extravergine di Oliva : 3.75 g, Prezzemolo fresco : 3.75 g, Sale fino : 0.75 g
Zucca in agrodolce	Zucca Gialla fresca : 150 g, Cipolla Dorata : 20 g, Aceto di Vino Bianco (Vino ( <b>solfiti</b> )) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 8 g, Zucchero bianco : 6 g, Sale fino : 1 g

#### Frutta

Frutta fresca di stagione	Frutta fresca biologica (Pera, mela, arancia, banana, kiwi, pesca, melone estivo, nespole, susine ) : 150 g
---------------------------	---

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione



## Elenco delle ricette

Nome piatto

Ingredienti

### Pane e Prodotti da forno

Pane	Pane Toscano (Iposodico) (Farina di <b>grano</b> tenero tipo 0, acqua, lievito ) : 100 g
------	--