



MENU' SELF SERVICE POLO PIAGGE

Settimana dal 13/03 al 18/03 - 2023



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRIMO	Penne all'arrabbiata ^(A-S) Vellutata di ceci (Vr-Vn) Riso all'olio (Vn) (o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn))	Rigatoni alla carrettiera ^(A-B-S) Risotto alla crema di asparagi* (Vr-Vn) Pasta all'olio (Vn) (o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn))	Pasta integrale ai carciofi* ^(A) (Vr-Vn) Risotto alla milanese Pasta all'olio (Vn) (o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn))	Gnocchi *burro e salvia (Vr) ^(A-B) Minestra di lenticchie (Vr-Vn) Riso all'olio (Vn) (o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn))	Risotto funghi* misti (Vr-Vn) Pasta e ceci ^(A) (Vr-Vn) Pasta all'olio (Vn) (o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn))
SECONDO	Pesce con zucchine ^(H) Omelette con patate (Vr) ^(F-B) Prosciutto cotto e caciotta ^(B)	Hamburger alla griglia Nasello* con olio e limone ^(H) Mozzarella ^(B) fior di latte (Vr)	Hamburger Vegetali * (Vr-Vn) ^(M) Salsiccia in umido ^(S) Formaggi misti (Vr) ^(B)	Fusi di pollo al forno Merluzzo gratinato ^(A-H) Stracchino (Vr)	Filetto di persico* pomodoro e olive ^(H-S) Petto di pollo alla piastra Formaggio misto pecora (Vr) ^(B)
PRODOTTO DA FORNO		Pizza margherita a tranci ^(A+B-S) con insalata mista o patatine		Schiacciata Toscana ^(A-B) con formaggio e verdure (Vr-Vn)	
CONTORNO	Spinaci saltati - (Vr-Vn) Insalata e rucola (Vr-Vn)	Patate al forno - (Vr-Vn) Pomodori (Vr-Vn)	Cannellini stufati (Vr-Vn) Insalata e radicchio (Vr-Vn)	Piselli al tegame (Vr-Vn) Carote e Finocchii (Vr-Vn)	Broccoli all'olio (Vr-Vn) Insalata mista (Vr-Vn)

Note: Vn ricetta vegana
Vr: ricetta vegetariana

In linea Self-Service sarà possibile richiedere pasti dietetici o "in bianco". Sarà possibile anche chiedere pasti da asporto scegliendo i cibi disponibili.

MENU' ASPORTO REFRIGERATO

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
PRIMO	Vellutata di ceci	Risotto alla crema di asparagi*	Pasta integrale ai carciofi* ^(A)	Gnocchi *burro e salvia ^(A-B)	Risotto funghi* misti	Pasta al Tonno ^(H-S)
SECONDO	Pesce con zucchine ^(H)	Caprese ^(B-S)	Formaggi misti ^(B)	Pesce gratinato ^(A, H)	Filetto di persico* pomodoro e olive ^(H-S)	Salmone e insalata ^(H-S)
CONTORNO	Spinaci saltati		Cannellini stufati	Piselli al tegame	Broccoli all'olio	

Allergeni: A Glutine - B Latte - C Molluschi - D Frutta secca/guscio - E Fave - F Uova - G Crostacei - H Pesce - L Arachidi - M soia - N Sedano - P Sesamo - Q Anidride solforosa - R Lupini - S Pomodoro

MENU' INSALATONA DEL GIORNO - TUTTI I GIORNI ESCLUSI SABATO / PREFESTIVI

INSALATONA	Insalatona di Pollo - Lattuga, cetriolo, pomodoro, olive verdi snocciolate, mais, pollo ^(S)	Insalatona di Tofu - Lattuga, cetriolo, pomodoro, olive verdi snocciolate, mais, tofu - Vr - Vn ^(M-S)	Insalatona Tonno e fagioli - Tonno, pomodoro, lattuga, fagioli cannellini, prezzemolo ^(H-S)	Pomodori Ripieni - Pomodori ripieni di couscous, verdure, lenticchie - Vr - Vn ^(A-S)	Insalatona di Orzo e Seitan - Orzo, mais, pomodoro, lattuga, seitan, semi di girasole - Vr-Vn ^(A-D-S)	Note: le verdure se non reperibili saranno sostituite in base alla stagionalità: cavolo cappuccio bianco e rosso, cipolla, fava ^(B) , finocchio, indivie, pereroni di diverso colore, porro, rucola, zucca, zucchina.
INSALATONA	Insalatona autunno - Cicoria rossa e verde, spinaci, mais, scorza di limone, basilico, cipolla, semi di girasole e zucca - Vr - Vn ^(D)	Insalatona autunnale con formaggio - Patate, broccoli, formaggio, olive nere snocciolate - Vr ^(B)	Insalatona di riso integrale e Tofu - Insalata di riso integrale, tofu, verdure al vapore (carote, fagiolini) - Vr - Vn ^(M)	Insalatona Belga - Indivia belga, sedano bianco, peperone, formaggio fresco spalmabile, mais - Vr ^(B-N)	Contadina con mozzarella - Lattuga, radicchio, gherigli di noci, peperone giallo, mozzarella, basilico - Vr ^(B-D)	

Per le informazioni nutrizionali relative ai piatti proposti si rimanda al link polopiagge@cimasristorazione.it e al sito <https://www.dsu.toscana.it/i-menu#pisa>