

**MENU'ESTATE 1° SETTIMANA PRANZO**

	PRIMI PIATTI	SECONDI PIATTI	CONTORNI	PIATTI FREDDI	INSALATONE	PIATTI UNICI	POKE BOWL
lunedì	Rigatoni alla puttanesca penne pomodori e capperi minestra di verza Pasta/riso in bianco/pomodoro	scaloppina di pollo ai capperi totani in guazzotto gateau di carote patate e zucchine Pizza/panini/schiacc/piadina	bietola saltata pomodori gratinati fagiolini al limone Buffet di verdure crude	Affettato/Formaggio con verdure fresche/sott'olio/sott'aceto Legumi e/o Tofu e/o Seitan	Camelia (sedano,ravanelle scaglie di grana) Leonardo( pollo,ananase mandorle)	peposo con polenta	
martedì	pennette al pesto pasta fredda alla greca crema di carote curry e grana Pasta/riso in bianco/pomodoro	straccetti di tacchino saltati verdesca ai ferri ricottini al forno con pomodori Pizza/panini/schiacc/piadina	patate sabbiose ceci lessi radicchio alla piastra Buffet di verdure crude	Affettato/Formaggio con verdure fresche/sott'olio/sott'aceto Legumi e/o Tofu e/o Seitan	Narciso (pecorino,finocchi arance e menta) Ghiberti(carciofini,sgombro e granella di pistacchi)	cheese burger e patatine fritte	Honolulu riso venere,mango,banana,anasas,ge rmogli di soia,zenzero e salsa mango
mercoledì	fusilli con crema di barbabietole riso al forno con alici tortellini in brodo Pasta/riso in bianco/pomodoro	pollo alla cacciatore burger di barbabietola frittata primavera Pizza/panini/schiacc/piadina	patate lesse zucchine trifolate broccoli al vapore Buffet di verdure crude	Affettato/Formaggio con verdure fresche/sott'olio/sott'aceto Legumi e/o Tofu e/o Seitan	Viola (ceci,gamberetti e rucola) Galilei(pomodori,mozzarella,oliv e)	merluzzo alla livornese con patate	
giovedì	penne piselli,formaggio e menta spaghetti allo scoglio crema di zucchine e zenzero Pasta/riso in bianco/pomodoro	cosce di pollo alla paprika salmone al limone sformato di cavolo cappuccio Pizza/panini/schiacc/piadina	patate prezzemolate macedonia di verdure carote al balsamico Buffet di verdure crude	Affettato/Formaggio con verdure fresche/sott'olio/sott'aceto Legumi e/o Tofu e/o Seitan	Peonia (legumi e semi papavero) Margherita de Medici( patate e speck)	pollo in salsa di soia con nocciole e riso basmati	Singapore quinoa,gambero cotto, cetrioli, arachidi e salsa piccante
venerdì	tagliatelle speck e rucola pasta pecorino e frutta secca minestra alla genovese Pasta/riso in bianco/pomodoro	fesa di tacchino farcita tortino al formagio torta salata Pizza/panini/schiacc/piadina	patate arrosto melanzane alla griglia piselli alla menta Buffet di verdure crude	Affettato/Formaggio con verdure fresche/sott'olio/sott'aceto Legumi e/o Tofu e/o Seitan	Mimosa (provola affumicata,pancetta e sesamo) Girasole (scamorza,verdure grigliate e semi di girasole)	fish and chips	
sabato	spaghetti al profumo di mare fusilli al pesto zuppa di cipolle gratinate Pasta/riso in bianco/pomodoro	arrosto misto al forno merluzzo gratinato crostata di zucchine e stracchino Pizza/panini/schiacc/piadina	patate fritte fagioli all'uccelletto bietola aglio ed olio Buffet di verdure crude	Affettato/Formaggio con verdure fresche/sott'olio/sott'aceto Legumi e/o Tofu e/o Seitan	Dante Alighieri(P.cotto,mele,noci) Galilei(pomodori,mozzarella,oliv)	Panino scomposto con lampredotto	
domenica 2	lasagne al forno insalata di orzo, ceci e cipolla crema di fagiolini Pasta/riso in bianco/pomodoro	roast beef seppie e spinaci quiche ai pomodori e porri Pizza/panini/schiacc/piadina	patate e olive allo zenzero crauti alla tirolese fagiolini in umido Buffet di verdure crude	Affettato/Formaggio con verdure fresche/sott'olio/sott'aceto Legumi e/o Tofu e/o Seitan	Dante Alighieri(P.cotto,mele,noci) Tulipano (insalata greca)	spaghetti di soia con verdure e gamberi	