

ALP1

SAN MARCO

MENU' ERZELLI - AUTUNNALE - SETTIMANA 3 - DAL 19 AL 23 OTTOBRE

	Lunedì	Kcal	Martedì	Kcal	Mercoledì	Kcal	Giovedì	kcal	Venerdì	kcal
Primi Piatti	PASTA CON CREMA DI ZUCCA E SPECK <i>pasta di semola di grano duro, zucca gialla surgelata, speck, riso farina, vino bianco, aglio surgelato, cipolla a cubetti, surgelata, olio di oliva, prezzemolo surgelato</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, anidride solforosa e solfiti</i>	524	PASTA A MODO MIO <i>pasta di semola di grano duro, passata di pomodoro, sedano verde fresco, oliva verde snocciolata, olio di oliva, sale fino iodato, noce, prezzemolo surgelato, aglio surgelato, peperoncino rosso in polvere</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, frutta a guscio, sedano</i>	413	PASTA INTEGRALE CON CREMA DI SPINACI E RICOTTA <i>pasta di semola integrale di grano duro, zucchina fresca, ricotta di vacca, olio di oliva, prezzemolo surgelato, scalogno, aglio surgelato, sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, latte</i>	337	PASTA AL RAGU' <i>pasta di semola di grano duro, passata di pomodoro, bovino adulto macinato congelato, maiale macinato congelato, cipolla a cubetti, surgelata, vino bianco, noce moscata in polvere, olio di oliva, sedano verde fresco, carota fresca, aglio surgelato, preparato granulare per brodo vegetale (sz. glutammato -sz glutine), sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, soia, sedano, anidride solforosa e solfiti</i>	225	PASTA AL TONNO <i>pasta di semola di grano duro, passata di pomodoro, tonno sott'olio di oliva, olio di oliva, cipolla a cubetti, surgelata, oliva verde snocciolata, acciuga o alice filetti sott'olio, aglio surgelato, cappero al sale, prezzemolo surgelato, sale fino iodato, vino bianco</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, pesce, anidride solforosa e solfiti</i>	410
	FARRO CON OLIVE TAGGIASCHE E VERUDRE GRIGLIATE <i>farro, contorno grigliato, oliva taggiasca, cappero al sale, olio extravergine di oliva, sale fino iodato, aglio surgelato, pepe nero</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine</i>	433	RISOTTO ALLA MILANESE CON SALSICCIA <i>riso parboiled, salsiccia refrigerata, preparato granulare per brodo vegetale (sz. glutammato -sz glutine -sz lattosio), vino bianco, cipolla a cubetti, surgelata, olio di oliva, curcuma, burro, sale fino iodato, zafferano</i> ALLERGENI: <i>soia, latte, sedano, anidride solforosa e solfiti</i>	325	PASTA ALLA PUTTANESCA <i>pasta di semola di grano duro, passata di pomodoro, acciuga o alice filetti sott'olio, cappero al sale, oliva nera snocciolata, cipolla a cubetti, surgelata, aglio surgelato, olio di oliva, prezzemolo surgelato, sale fino</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, pesce</i>	445	PASTA CON FONDUTA DI FORMAGGI <i>pasta di semola di grano duro, emmenthal, fontal fiavè, gorgonzola dop, taleggio dop, latte uht parzialmente scremato, olio extravergine di oliva, farina di grano duro, sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, latte</i>	550	BULGUR CON VERDURE SALTATE E MANDORLE <i>bulgur medio, pisello fine fresco, carota fresca, peperone giallo fresco, peperone rosso fresco, zucchina fresca, cipolla bianca, mandorla pelata, olio di oliva, curcuma, erbe aromatiche, prezzemolo fresco, sale fino, aglio surgelato</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, soia, frutta a guscio, semi di sesamo</i>	295
	PASSATO DI VERDURA <i>misto di verdure per minestrone surgelate, olio extravergine di oliva, preparato granulare per brodo vegetale (sz. glutammato -sz glutine), sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>soia, sedano</i>	108	CREMA DI PISELLI <i>pisello fine surgelato, patata novella surgelata, preparato granulare per brodo vegetale (sz. glutammato -sz glutine), carota a rondelle surgelata, sedano verde fresco, olio di oliva, cipolla a cubetti, surgelata, sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>soia, sedano</i>	123	MINESTRA DI VERDURE <i>misto di verdure per minestrone surgelate, patata novella surgelata, cipolla a cubetti, surgelata, sedano verde fresco, olio di oliva, sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>sedano</i>	121	CREMA DI ZUCCA CON BROCCOLI <i>broccolo surgelato, zucca gialla surgelata, patata dolce, cipolla a cubetti, surgelata, olio extravergine di oliva, sedano verde fresco, aglio surgelato, sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>sedano</i>	81	ZUPPA TOSCANA <i>orzo perlato, passata di pomodoro, fagioli bianchi di spagna in vaso, fagiola borlotti secco, fagiolo cannellini secco, lenticchia secca, farro perlato, erbe aromatiche, cipolla a cubetti, surgelata, sedano verde fresco, fava secca , sale fino iodato, pepe nero</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, sedano</i>	114

Secondi Piatti	FESA DI MANZO CON RUCOLA E CREMA BALSAMICA <i>manzo fesa surgelata, insalata rucola, aceto balsamico, erbe aromatiche, olio di oliva, sale fino iodato, pepe nero</i> ALLERGENI: <i>anidride solforosa e solfiti</i>	228	ARROSTO DI TACCHINO CON UVETTA E PISTACCHIO <i>tacchino fesa intera refrigerata, uvetta, riso farina, olio extravergine di oliva, pistacchio granella, vino bianco, sedano verde fresco, erbe aromatiche, prezzemolo surgelato, sale fino iodato, aglio surgelato</i> ALLEGENI: <i>frutta a guscio, sedano, anidride solforosa e solfiti</i>	421	POLLO AL FORNO <i>pollo busto refrigerato, erbe aromatiche, sale fino iodato</i> ALLERGENI:	241	SPEZZATINO DI TACCHINO CON PATATE PISELLI E CAROTE <i>tacchino coscia congelata, patata novella surgelata, pisello fine surgelato, cipolla a cubetti, surgelata, olio extravergine di oliva, riso farina, vino bianco, sale fino iodato, sedano verde fresco, aglio surgelato, prezzemolo surgelato, carota a cubetti, surgelata, erbe aromatiche</i> ALLERGENI: <i>sedano, anidride solforosa e solfiti</i>	381	POLPETTE CON E PISELLI <i>bovino macinato hamburger, prosciutto cotto, pisello fine surgelato, passata di pomodoro, pomodoro concentrato, cipolla dorata, sale fino, uova intere pastorizzate, aglio fresco, formaggio grattugiato, pepe nero, sedano bianco fresco, olio di semi di girasole, pane grattugiato, prezzemolo surgelato</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, uova e derivati, latte, sedano</i>	324
	FILETTO DI PLATESSA DORATA <i>platessa filetto surgelata, crusca di frumento farina, acqua, olio di semi di girasole, sale fino, lievito chimico in polvere</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, pesce</i>	128	INVOLTINI DI PROSCIUTTO E FORMAGGIO <i>prosciutto cotto, emmenthal, olio extravergine di oliva, sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>latte</i>	216	SALSICCIA AL VINO BIANCO <i>salsiccia refrigerata, vino bianco, olio extravergine di oliva, sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>anidride solforosa e solfiti</i>	423	HAMBURGER DI MANZO GRIGLIATI <i>bovino macinato hamburger, pane grattugiato, olio di oliva, sale fino, uova intere pastorizzate, grano tenero tipo "0" farina, latte uht parzialmente scremato, erbe aromatiche, pepe nero, sedano verde fresco</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, uova e derivati, latte, sedano</i>	163	FILETTO DI GALLINELLA CON POMODORO OLIVE E CAPPERI <i>gallinella di mare surgelata, pomodoro, cappero al sale, oliva nera snocciolata, olio di oliva, vino bianco, prezzemolo surgelato, sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>pesce,an idride solforosa e solfiti</i>	177
	FRTTATA DI BIETOLE E ZUCCHINE <i>uova intere pastorizzate, latte uht parzialmente scremato, bieta costa surgelata, zucchina surgelata, formaggio mix, cipolla a cubetti, surgelata, sale fino iodato, aglio surgelato, olio di oliva, sedano verde fresco, maggiorana fresca</i> ALLERGENI: <i>uova e derivati, latte, sedano</i>	80	POLPETTONE DI VERDURE MISTE <i>patata novella surgelata, uova intere pastorizzate, zucchina fresca, bieta erbetta surgelata, carota fresca, fagiolini surgelati, formaggio grattugiato, pane grattugiato, zucca gialla surgelata, cipolla a cubetti, surgelata, olio extravergine di oliva, sale fino iodato, aglio a spicchi surgelato, maggiorana disidratata, pepe nero</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, uova e derivati, latte</i>	146	TORTA DI SPINACI <i>spinacio a cubetti surgelato, pasta fillo surgelata, uova intere pastorizzate, formaggio mix, latte uht parzialmente scremato, olio di oliva, cipolla a cubetti, surgelata, sedano verde fresco, sale fino iodato, aglio surgelato, noce moscata in polvere, maggiorana disidratata</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, uova e derivati, latte, sedano</i>	107	POLPETTONE DI FAGIOLINI <i>fagiolini surgelati, patata novella surgelata, uova intere pastorizzate, pane grattugiato, formaggio grattugiato, cipolla a cubetti, surgelata, olio di oliva, maggiorana fresca, aglio surgelato, pepe nero, sale fino iodato</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, uova e derivati, latte</i>	138	TORTA DI BIETOLE <i>bieta erbetta surgelata, pasta fillo surgelata, formaggio mix, uova intere pastorizzate, latte uht parzialmente scremato, cipolla a cubetti, surgelata, aglio surgelato, olio di oliva, sale fino iodato, maggiorana disidratata</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, uova e derivati, latte</i>	115

Contorni	CAROTE ALL'OLIO <i>carota a rondelle surgelata, olio di oliva, sale fino iodato</i> ALLERGENI:	87	PATATE AL FORNO <i>patata a spicchi surgelata, olio di oliva, erbe aromatiche, sale fino</i> ALLERGENI:	157	PATATE FRITTE <i>patata a stick surgelata, olio di semi di girasole, sale fino</i> ALLERGENI:	225	BIETA AL VAPORE <i>bieta foglie surgelata, sale fino iodato</i> ALLERGENI:	21	SPINACI AL VAPORE <i>spinacio a cubetti surgelato, olio di oliva, sale fino iodato</i> ALLERGENI:	77
	CICORIA AGLIO OLIO E PEPERONCINO <i>cicoria cubetti surgelati, olio extravergine di oliva, aglio surgelato, peperoncino rosso in polvere</i> ALLERGENI:	79	FINOCCHI AL VAPORE <i>finocchio surgelato, sale fino</i> ALLERGENI:	79	CAVOLFIORE CON ACCIUGHE <i>cavolfiore surgelato, pane grattugiato, acciuga o alice filetti sott'olio, olio di oliva, prezzemolo surgelato, aglio surgelato</i> ALLERGENI: <i>cereali contenenti glutine, pesce</i>	101	PURE' DI PATATE <i>patata fiocchi, latte uht intero, burro, sale fino iodato, noce moscata in polvere</i> ALLERGENI: <i>latte</i>	126	CAROTE AL VAPORE <i>carote surgelato, sale fino iodato</i> ALLERGENI:	44
	BROCCOLI AL VAPORE <i>broccolo surgelato, sale fino</i> ALLERGENI:	84	SPINACI ALLA ROMANA <i>spinacio a cubetti surgelato, olio di oliva, uvetta, aglio surgelato, pinolo sgusciato, sale fino iodato, peperoncino rosso in polvere</i> ALLERGENI: <i>frutta secca</i>	77	PISELLI AL VAPORE <i>pisello fine surgelato, sale fino</i> ALLERGENI:	131	MISTO BROCCOLI AL VAPORE <i>broccolo surgelato, carota a rondelle surgelata, cavolfiore surgelato, sale fino</i> ALLERGENI:	84	PATATE ALLA MEDITERRANEA <i>patata novella surgelata, cappero al sale, cipolla rossa, oliva nera snocciolata, olio di oliva, aglio surgelato, sale fino iodato, origano essicato</i> ALLERGENI:	151
	VERDURE COTTE <i>Bieta surgelata, zucchina surgelata, fagiolini surgelati, cavolfiore surgelati, broccolo surgelato, carote surgelate</i> ALLERGENI:	31	VERDURE COTTE <i>Bieta surgelata, zucchina surgelata, fagiolini surgelati, cavolfiore surgelati, broccolo surgelato, carote surgelate</i> ALLERGENI:	31	VERDURE COTTE <i>Bieta surgelata, zucchina surgelata, fagiolini surgelati, cavolfiore surgelati, broccolo surgelato, carote surgelate</i> ALLERGENI:	31	VERDURE COTTE <i>Bieta surgelata, zucchina surgelata, fagiolini surgelati, cavolfiore surgelati, broccolo surgelato, carote surgelate</i> ALLERGENI:	31	VERDURE COTTE <i>Bieta surgelata, zucchina surgelata, fagiolini surgelati, cavolfiore surgelati, broccolo surgelato, carote surgelate</i> ALLERGENI:	31