

Piatti Freddi

Insalata di gamberi, merluzzo, polpo e spada con crudità di verdure.	€ 9.5
Farro al vapore con melanzane, carote julienne, spinacini e pomodorini confit.	€ 9.0
Prosciutto crudo con scaglie di grana, noci, pere e crostini integrali.	€ 9.5
Nodini con tortino di spinaci, carote e pomodorini confit.	€ 9.0

Primi Piatti

Ravioli di magro con crema di zucchine.	€ 7.0
Gnocchetti sardi con salmone e rucola.	€ 7.0
Lasagna agli spinaci e taleggio.	€ 7.0
Pasta pomodoro e basilico.	€ 6.0

Secondi Piatti | Torte salate

Straccetti di lonza al curry con contorno a scelta.	€ 10
Gamberi saltati alla paprika con patate dolci più contorno a scelta.	€ 10
Petto di pollo grill con contorno a scelta.	€ 9.0
Torta salata con gamberi, spinaci e patate dolci.	€ 5.5
Torta salata con tacchino, bietole e verza saltata.	€ 5.5

Contorni

Spinaci gratinati al parmigiano.	€ 3.5
Baby carote al vapore.	€ 3.5
Riso in bianco.	€ 3.5
Patate al rosmarino al forno.	€ 3.5
Verdure miste alla griglia.	€ 3.5

Sandwich

Toast ai cereali con salmone, avocado, zucchine, Soncino e semi di lino.	€ 7.5
Toast ai cereali con roastbeef, grana, carciofi, pomodorini confit e semi di canapa.	€ 7.5
Toast ai cereali con humus di ceci, pecorino dolce, champignon, confit e mandorle.	€ 7.5

Insalate

Mind Salmone al vapore, avocado, confit, carciofi, azuki e patate arancioni.	€ 9.0
Energy Primo sale alla rucola, asparagi, patate viola, mela golden e cranberry.	€ 9.0
Nature Falafel di ceci e spinaci, cavolfiori, confit, carote viola e grano saraceno.	€ 9.0
Upload Petto di pollo alla griglia, pancetta, grana, crostini, Caesar dressing.	€ 9.0

Panini Gourmet

Mind Tonno, avocado, crema di carciofi, pomodoro e granella di pistacchi..	€ 6.0/3.5
Energy Ricottina di pecora, spinaci, melanzana grill, maggiorana e pomodori secchi.	€ 6.0/3.5
Nature Hummus di Azuki verdi, confit, zucchine grill, champignon e semi di sesamo.	€ 6.0/3.5
Upload Tacchino arrosto, scaglie di grana, rucola, carote e mandorle.	€ 6.0/3.5