

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. | € 8.0 |
| Gnocchetti sardi con salmone e rucola. | € 8.0 |
| Lasagna agli spinaci e taleggio. | € 8.0 |
| Pasta pomodoro e basilico. | € 8.0 |

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 |

Torte Salate

| | |
|---|-------|
| Torta salata con gamberi, spinaci e patate dolci. | € 5.5 |
| Torta salata con tacchino, bietole e verza saltata. | € 5.5 |

Sandwich

| | |
|---|-------|
| Toast ai cereali con salmone, avocado, zucchine, Soncino e semi di lino. | € 7.5 |
| Toast ai cereali con roast beef, 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 |
| Toast classico con prosciutto di praga ed edamer. | € 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 |