

SINOJAR

Primavera

(il menu potrebbe subire variazioni nel corso del mese)

Pranzi

1	I T	INVOLTINI DI MAIALE, PANCETTA E ASPARAGI CON CREMA DI CAVOLFIORE E CIPOLLA ARROSTITA	35% Porc (CH), 20% Asperges (IT), 30% Chou-fleur (CH), 20% Oignon (CH), Vin blanc, huile d'olive extra vierge, sel iodé, poivre.	Allergeni: solfiti.	Vedi data sul coperchio
2	I T	TACCHINO MARINATO CON ERBE AROMATICHE CON CAVOLFIORE E BROCCOLI AL PEPERONCINO.	35% Carne di tacchino (HU), 25% Cavolfiori (CH), 25% Broccoli (CH), vino bianco, peperoncino, erbe aromatiche, olio extra vergine di oliva, sale iodato, pepe.	Allergeni: solfiti.	Vedi data sul coperchio
3	I T	ZUPPA DI POLLO CON ERBETTE E FUNGHI CHAMPIGNON.	35% Carne di pollo (CH), 40% Funghi champignon, Erbe aromatiche, Olio extra vergine di oliva, sale iodato, Pepe	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
4	I T	GUANCETTA DI MAIALE AL FORNO CON SALVIA MELANZANE AL FORNO E CREMA DI PORRI.	35% Carne di maiale (CH), 30% Melanzane (IT), 30% Porri (CH), Salvia, Vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti.	Vedi data sul coperchio
5	I T	BOCCONCINI DI FARAONA AFFUMICATI SU SCHIACCIATINA DI CAVOLFIORE AL PREZZEMOLO	35% Carne di faraona (FR), 60% Cavolfiori (CH), Prezzemolo, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
6	I T	STRACCETTI DI MANZO AL BALSAMICO CON VERDURE DI STAGIONE, PREZZEMOLO.	35% Carne di manzo (CH), 60% Verdure di stagione (CH), Balsamico Prezzemolo, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti.	Vedi data sul coperchio
7	I T	SPEZZATINO DI CONIGLIO CON CIPOLLA E PEPERONI.	35% Carne di Coniglio (IT), 30% cipolla (CH), 30% Cavolo rosso (CH), Vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti.	Vedi data sul coperchio
8	I T	POLPETTE DI MANZO CON VERDURE DI STAGIONE E MELANZANE,ZUCCHINE CON MENTA E PEPERONCINO.	35% Carne di manzo (CH), 20% Verdure di stagione (CH), 20% Melanzane (IT), 20% Zucchine (IT), Menta, Peperoncino, Vino bianco, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: solfiti.	Vedi data sul coperchio
9	I T	MERLUZZO CONFIT CON OLIO AL TIMO, CREMA DI FINOCCHIO E SEDANO RAPA AL FORNO.	35% Filetto di Pesce fresco, merluzzo / Gadus morhua, (FAO 027, pesca a traino), 20% Sedano Rapa (CH), 40% Finocchio (CH), Timo, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Pesce.	Vedi data sul coperchio
10	I T	POLPETTE DI SALMONE CON VERDURE DI STAGIONE CREMA DI CAVOLO BIANCO E BROCCOLO AL VAPORE	35% Filetto di Pesce fresco, Salmone/Salo salar, (origine: NO, Allevato), 20% Verdure di stagione (CH) (Finocchi, Cavolo Romanesco, Cipolla), Cavolo Bianco (CH), 20% Broccolo (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Pesce.	Vedi data sul coperchio
11	I T	INSALATA DI MARE CON GAMBERI COZZE E BRANZINO CON ASPARAGI E ZUCCHINE.	10% pesce congelato, gambero/Pandalus borealis (Pesca a traino: ARG), 15% Filetto di Pesce fresco, branzino/ Sparus aurata (origine: GR Allevato), 10% Cozze, 30% Asparagi, 30% Zucchine (CH), Limone, Prezzemolo, Olio extra vegine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: pesce, crostacei, molluschi.	Vedi data sul coperchio
12	I T	TRACIO DI SALMONE SCOTTATTO CON PANCETTA, CREMA DI SEDANO RAPA E PORRI AL FORNO.	30% Filetto di Pesce fresco, Salmone/Salo salar, (origine: NO, Allevato), 5% Carne di maiale (CH), 30% Sedano Rapa (CH), 30% Porri (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Pesce.	Vedi data sul coperchio
13	I T	BRANZINO AL VAPORE CON BUCCIA DI LIMONE E PEPE ROSA E ZUCCHINE TRIFOLATE.	35% Filetto di Pesce fresco, branzino/ Sparus aurata (GR, Allevato), 60% Zucchine (IT), Limone, Pepe Rosa, Cipolla, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Pesce.	Vedi data sul coperchio
14	I T	FILETTO DI ORATA SCOTTATO CON MELANZANE A FORNO E CREMA DI PEPERONI.	35% filetto di pesce, orata/sparus aurata,(allevato, GR), 30% Melanzane, 30% Peperoni (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Pesce.	Vedi data sul coperchio
15	I T	FILETTO DI TROTA BIANCA E BROCCOLI IN DUE CONSISTENZE.	35% pesce fresco, trota bianca / onorhynchus mykiss (allevato, IT), 60% Broccolo (CH), Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: Pesce.	Vedi data sul coperchio

Conservazione: in frigorifero a 4° gradi circa

Modalità di cottura (rigenerazione):

- Microonde 700watt: PRANZI 2 minuti e mezzo - CENE 50 secondi

- Forno a vapore 100gradi: PRANZI 10-12 minuti - CENE 5 minuti

- Bagnomaria: PRANZI 12 minuti - CENE 5 minuti

SINOJAR

Primavera

(il menu potrebbe subire variazioni nel corso del mese)

Cene

16	IT	BROCCOLI IN DUE CONSISTENZE.	95% Broccoli (CH), olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
17	IT	CREMA DI CAVOLFIORE, CIPOLLA ARROSTO E ASPARAGI.	50% Cavolfiore (CH), 40% Cipolla (CH), olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
18	IT	VERDURE DI STAGIONE.	90% Verdure di stagione (CH) (Verza, Cipolla, Cavolfiore, Broccoli, Finocchi), Limone, Prezzemolo, Olio Extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
19	IT	CAVOLFIORI E BROCCOLI AL PEPERONCINO.	45% Cavolfiori (CH), 45% Broccoli (CH), Peperoncino, olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
20	IT	CREMA DI SEDANO RAPA E PORRI AL FORNO.	45% Sedano Rapa (CH), 45% Porri (CH), olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
21	IT	MELANZANE AL FORNO E CREMA DI PEPERONI.	45% Melanzane, 45% Peperoni, Olio extra vergine di oliva, Sale iodato, Pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
22	IT	FUNGHI CHAMPIGNON ED ERBETTE	60% funghi champignon (CH), 10% Erbe (CH), Cipolla, Prezzemolo, olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
23	IT	CREMA DI CAVOLO BIANCO E BROCCOLO AL VAPORE.	45% Cavolo Bianco (CH), 45% Broccoli (CH), olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
24	IT	MELANZANE, ZUCCHINE, MENTA E PEPERONCINO.	45% Melanzane (IT), 45% Zucchine (IT), Menta, Peperoncino, olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
25	IT	ASPARAGI E ZUCCHINE.	45% Asparagi (CH), 45% Zucchine (CH), Olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe	Allergeni: Pesce.	Vedi data sul coperchio
26	IT	CIPOLLA E PEPERONI SALTATI.	45% Cipolla (CH), 45% Cavolo Rosso (CH), Olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
27	IT	MELANZANE AL FORNO E CREMA DI PORRI.	45% Melanzane, 45% Sedano Rapa, olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
28	IT	CREMA DI FINOCCHI E SEDANO RAPA AL FORNO.	45% Sedano Rapa (CH), 45% Finocchio (CH), olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
29	IT	ZUCCHINE TRIFOLATE.	90% Zucchine (IT), Prezzemolo Cipolla, olio extra vergine di oliva, sale iodato e pepe.	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio
30	IT	SCHIACCIATINA DI CAVOLFIORE AL PREZZEMOLO.	90% Cavolfiore (CH), Prezzemolo, Olio Extra vergine di oliva, sale iodato e pepe	Allergeni: nessuno	Vedi data sul coperchio

Conservazione: in frigorifero a 4° gradi circa

Modalità di cottura (rigenerazione):

- Microonde 700watt: **PRANZI** 2 minuti e mezzo - **CENE** 50 secondi
- Forno a vapore 100gradi: **PRANZI** 10-12 minuti - **CENE** 5 minuti
- Bagnomaria: **PRANZI** 12 minuti - **CENE** 5 minuti