

DATA	PRANZO		CENA	
	MENU DEL GIORNO	BUFFET DELLA CASA	MENU DEL GIORNO	BUFFET DELLA CASA
Lunedì 17.06	Quorn al curry verde Riso basmati allo zenzero Verdure asiatiche Scelta di insalate Frutta mista	Sedanini alla crema di piselli e ceci Sedanini al pomodoro Porri stufati Scelta di insalate Frutta mista	Fleischkase al forno Patate saltate Salsa alle cipolle Verdura del giorno Scelta di insalate Cake di carote	Melanzane alla parmigiana light Tagliatelle all'olio di oliva Broccoli al vapore Scelta di insalate Cake di carote
Martedì 18.06	Gnocchi al pomodoro, basilico e mascarpone Gnocchi al burro e salvia Scelta di insalate Frutta mista	Torta di formaggio con sfoglia Migliotto al pure di broccoli Asparagi al vapore Scelta di insalate Frutta mista	Filetto di salmone alle verdure e champignons al vapore Salsa mousseline all'aglio Patate al vapore al prezzemolo Spinaci al burro Scelta di insalate Frutta mista logurt naturale	Caserecce al pesto alla rucola e noci Caserecce al pomodoro Cavolfiori al vapore Scelta di insalate Frutta mista logurt naturale
Mercoledì 19.06	Piccata di melanzane Risotto al merlot Broccoli al vapore Scelta di insalate Frutta mista logurt naturale	Fusilli ai fagioli e pomodoro Fusilli all'olio di oliva Zucchine gialle saltate al timo Scelta di insalate Frutta mista logurt naturale	Sminuzzato di pollo ai champignons Rösti con verdure Pomodoro gratinato Scelta di insalate Strudel di mele rabarbaro e noci	Frittata catalana Quinoa zafferano Carote e piselli glassati Scelta di insalate Strudel di mele rabarbaro e noci
Giovedì 20.06	Polpette di manzo e tofu cotte nel pomodoro e verdure Pasticcio di semolino gratinato Verdure primaverili Scelta di insalate Frutta mista	Focaccia con verdure e mozzarella Penne integrali al pesto di aglio orsino e pomodoro cherry Romanesco ala polacca Scelta di insalate Frutta mista	Involtini primavera Salsa agrodolce Tagliatelle di riso alle verdure saltate alla soia Taccole al burro Scelta di insalate Torta madame banche	Farfalle alla crema di zucchini Farfalle al pomodoro Carote e cavolo cinese al vapore Scelta di insalate Torta madame banche
Venerdì 21.06	Roastbeef Salsa tartare Insalata di patate Insalata di fagiolini Scelta di insalate Frutta mista	Conchiglie al pomodoro Conchiglie al salmone piselli e gamberetti Melanzane saltate con pomodoro fresco Scelta di insalate Frutta mista	Pizza margherita Pizza alle verdure e funghi Scelta di insalate Semifreddo al miele e noci	Cotoletta vegetariana impanata Salsa Barbecue BBQ Boulogour alle piccole verdure Verdure primaverili Scelta di insalate Semifreddo al miele e noci
Sabato 22.06	Involtini di manzo in umido con piselli Polenta bio Finocchio saltato Scelta di insalate Frutta mista	Orecchiette alle zucchini e feta Orecchiette al pomodoro Sedano e piselli al vapore Scelta di insalate Frutta mista	Fajita party con straccetti di soia Salsa allo iogurt e menta Patate rosolate Peperonata Scelta di insalate Mini coupe romanoff	Pizzoccheri valtellinesi Conchiglie all' olio aglio peperoncino Cavolfiore e fagiolini al vapore Scelta di insalate Mini coupe romanoff
Domenica 23.06	Spaghetti De Cecco party vegetariano (salsa pomodoro, bolognese allo strutturato di soia, pesto) Scelta di insalate Frutta mista Mousse al cioccolato	Quorn al latte di cocco Riso nero Cicoria stufata con olive e carote Scelta di insalate Frutta mista Mousse al cioccolato	Filetto di trota salmonata alla mediterranea Sataras Scelta di insalate Frutta mista logurt naturale	Tofu con verdure primaverili Ebi pilaf alle piccole verdure Carote e asparagi verdi Scelta di insalate Frutta mista logurt naturale



Seguite il simbolo e otterrete un'alimentazione sportiva corretta.
 Folgen Sie dem Symbol und Sie befolgen die Empfehlungen für eine ausgewogene Sporternährung.
 Suivez le symbole pour une alimentation équilibrée d'un point de vue sportif.

DICHIARAZIONE DI PROVENIENZA DEL PESCE /
DEKLARATION FISCHHERKUNFT / PROVENANCE DU POISSON

Gamberetti: Danimarca
 Branzino: Grecia
 Trota salmonata: Italia
 Salmone affumicato: Norvegia/Olanda
 Salmone: Svizzera/Norvegia
 Frutti di mare, Gamberoni: Vietnam
 Merluzzo: Zona FAO 27 Oceano Atlantico nord-orientale
 Tonno: Zona FAO 71 Pacifico centro-ovest

DICHIARAZIONE DI PROVENIENZA DELLA CARNE /
DEKLARATION FLEISCHHERKUNFT / PROVENANCE DE LA VIANDE

Agnello, Maiale, Manzo, Pollo, Tacchino, Vitello: Svizzera

Avvisiamo la nostra spettabile clientela che in caso di allergie o altre reazioni indesiderate (intolleranze) a ingredienti e prodotti da essi ottenuti, è necessario annunciarsi al personale di servizio o cucina, che vi proporrà delle pietanze a voi adatte.

An unsere geschätzten Gäste: Bitte wenden Sie sich bei allfälligen Allergien oder anderen unerwünschten Reaktionen (Unverträglichkeiten) auf Zutaten und Produkte an das Service- oder Küchenpersonal. Unsere Mitarbeiter werden Ihnen bei der Wahl eines geeigneten Gerichts gerne behilflich sein.

Important: Veuillez informer notre personnel (de service ou de cuisine) en cas d'allergie ou d'intolérance à des ingrédients ou à des produits. Nos collaborateurs vous proposeront avec plaisir un plat plus approprié.

Important: Please inform our service or kitchen staff if you suffer from any allergy or intolerance to any ingredient or product. They'll be glad to help you find an appropriate meal.



Schweizerische Eidgenossenschaft
 Confédération suisse
 Confederazione Svizzera
 Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO