

# LE ALI IN CUCINA

OFFICINA ALIMENTARE

## il tuo PRANZO con le Ali

### menu del giorno



#### Venerdì 20 Novembre (PER IL PRANZO DA ASPORTO)

|  |          |
|--|----------|
| Paccheri con ragu' di zucca e funghi                               | 5,0 euro |
| Riso integrale saltato con verdure e semi di sesamo                | 4,5 euro |
| Vellutata di broccoli alla menta                                   | 4,0 euro |
| Seitan fumè in agrodolce   | 6,0 euro |
| Frittata con zucchine e salvia (preparazione con latticini e uova) | 3,5 euro |
| Farinata di ceci con carote e maggiorana                           | 2,5 euro |
| Duetto di radicchio e cavolo rosso                                 | 3,5 euro |
| Zucca al forno   | 3,5 euro |
| Hummus di lenticchie rosse   | 3,0 euro |
| Insalata russa   | 3,5 euro |
| Dolce del giorno: torta dark al lampone                            | 3,5 euro |