

L'Atoll

# Tutti i giorni...

## Pokè

A base di Riso bianco



**RED** (manzo, carote, crema di funghi, fagioli rossi)

kcal 745, grassi 6g, carboidrati 110g, proteine 37g

11€



**ORANGE** (salmone fresco, pomodori, fave, rape rosse, semi di sesamo)

kcal 650, grassi 14g, carboidrati 96g, proteine 31g

11€



**GREEN** (pollo, pomodori secchi, taccole, mais, semi di papavero)

kcal 720, grassi 32g, carboidrati 98g, proteine 35g

10€

## Secondi Piatti



**Petto di pollo ai ferri con insalata verde e pomodori**

kcal 270, grassi 1g, carboidrati 4g, proteine 46g

8€



**Tagliata di manzo con misticanza, grana e balsamico**

kcal 420, grassi 22g, carboidrati 3g, proteine 50g

9€



**Bresaola rucola e grana**

kcal 210, grassi 9g, carboidrati 3g, proteine 40g

8€



**Hamburger vegetariano al piatto con patate lesse**

kcal 480, grassi 11g, carboidrati 70g, proteine 30g

8€

## Cantorni



**Patate e fagiolini lessi**

kcal 250, grassi 1g, carboidrati 56g, proteine 7g

4€



**Ceci all'olio**

kcal 190, grassi 4g, carboidrati 25g, proteine 11g

4€



**Insalata di pomodori**

kcal 60, grassi 1g, carboidrati 11g, proteine 3g

4€



**Spinaci saltati**

kcal 70, grassi 5g, carboidrati 11g, proteine 3g

4€

## Insalatone



**NIZZARDA** (verde, pomodoro, uovo, acciughe, tonno, olive, mais)

kcal 380, grassi 14g, carboidrati 15g, proteine 32g

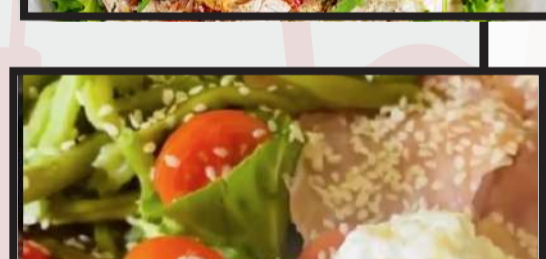
8€



**CAESAR SALAD** (verde, pollo, pane croccante, salsa caesar, grana)

kcal 360, grassi 14g, carboidrati 17g, proteine 26g

8€



**NORVEGESE** (verde, salmone affumicato, pomodoro, philadelphia fagiolini, sesamo)

kcal 320, grassi 13g, carboidrati 14g, proteine 23g

8€



**TIROLESE** (verde, crudo, pomodori secchi, patate lesse, olive)

kcal 390, grassi 14g, carboidrati 46g, proteine 17g

8€

## Menù Bambini



**Hamburger e patatine fritte + bibita**

8€



**Pasta al pomodoro e patatine fritte + bibita**

8€

*Ordina il tua pranzo con il nostro servizio Take Away*

**INVIA UN MESSAGGIO WHATSAPP CON IL TUO ORDINE AL NR 3277398354**

L'Atoll