

# IL NOSTRO BUFFET DI VERDURE E ANTIPASTINI

## LUNEDÌ/MERCOLEDÌ/VENERDÌ

### PRANZO

#### VERDURE FREDE

POMODORI  
CETRIOLI  
MAIS  
LATTUGA  
RUCOLA  
RADICCHIO  
OLIVE NERE E VERDI  
CAPRESE  
CAROTE JULIENNE  
CIPOLLINE BORETTANE  
FAGIOLI SPAGNA CON TONNO  
FAGIOLINI CON MENTUCCIA  
FINOCCHI JULIENNE  
INSALATA DI RISO SU VASSOI  
VERZA ROSSA/BIANCA

#### VERDURE CALDE

BIETOLA LESSA  
BROCCOLI AL VAPORE  
CAPONATE  
CAVOLFIORI LESSI  
FUNGHI TRIFOLATI  
MELANZANE GRIGLIATE  
PEPERONATA  
ZUCCHINE GRIGLIATE

#### ANTIPASTINI

BRUSCHETTE MISTE  
PIADINA KEBAB  
PIZZA BIANCA/ROSSA  
RICOPERTA  
SFORNATO DI ZUCCHINE  
TRAMEZZINI

### CENA

#### VERDURE FREDE

POMODORI  
CETRIOLI  
MAIS  
LATTUGA  
RUCOLA  
RADICCHIO  
OLIVE NERE E VERDI  
CAPRESINA  
CAROTE JULIENNE  
PASTA TUBETTO TONNO OLIVE E  
CAPPERI  
RAPE ROSSE

#### VERDURE CALDE

FINOCCHI AL FORNO  
FINOCCHI LESSI  
MELANZANE POMODORO E  
MOZZARELLA  
PALLOTTINE DI MOZZARELLA  
PISELLI CON SPECK  
POMODORI GRATINATI  
RADICCHIO GRATINATO + PANCETTA  
ZUCCHINE LESSE  
ZUCCHINE SAUTÈ  
ZUCCHINE TRIFOLATI

#### ANTIPASTINI

CROSTINI  
CALZONCINI  
PIZZA CON ZUCCHINE  
PIZZICATA CON ALICI  
RICOTTA PASTELLATA  
TRAMEZZINI

#### AFFETTATI

MORTADELLA  
PROVOLA  
ROTOLINI DI VITEL TONNÉ  
SALAME  
VELI DI TACCHINO AFFUMICATO

## MARTEDÌ/GIOVEDÌ/SABATO

### PRANZO

#### VERDURE FREDE

POMODORI  
CETRIOLI  
MAIS  
LATTUGA  
RUCOLA  
RADICCHIO  
OLIVE NERE E VERDI  
CAPRESE  
CAROTE JULIENNE  
CECI LESSI  
CIPOLLE PERLINE  
FAGIOLI CANNELLINI  
INSALATA DI RISO SU FINGER  
PASTA TUBETTO ZUCCHINE/PESTO SU  
FINGER

#### VERDURE CALDE

CAPONATA  
CAROTE E PISELLI LESSI  
CICORIA SPADELLATA  
FINOCCHI GRATINATI  
MELANZANE GRATINATE  
PATATE AL FORNO  
PEPERONI ARROSTI  
POMODORI RIPIENI  
PURE DI PATATE  
SPINACI AL VAPORE  
VERZA AL VAPORE  
ZUCCHINE RIPIENE

#### ANTIPASTINI

PIADINA TRIANGOLO  
PIZZA BIANCA/ROSSA  
RICOTTA FRESCA  
ARANCINI  
TARTINE MISTE

### CENA

#### VERDURE FREDE

POMODORI  
CETRIOLI  
MAIS  
LATTUGA  
RUCOLA  
RADICCHIO  
OLIVE NERE E VERDI  
CAPRESINA  
CAROTE JULIENNE  
GIARDINIERA  
RAPE ROSSE

#### VERDURE CALDE

CAVOLFIORE PASTELLATI  
CIPOLLA GRATINATA  
CIPOLLA AL FORNO  
FINOCCHI PASTELLATI  
FUNGHI RIPIENI/PLEUROTUS  
MELANZANE PASTELLATI  
PEPERONI GRATINATI  
PEPERONI RIPIENI TAGLIATI  
ZUCCHINE PASTELLATE

#### ANTIPASTINI

BRUSCHETTE MISTE  
CANNELLONI DI SOTTILETTE  
FRITTELLE  
PIZZA FUNGHI/PATATE/FANTASIA  
CROCCHETTE

#### AFFETTATI

FORMAGGIO NAZIONALE  
PROSCIUTTO COTTO  
ROASTBEEF  
SPECK  
PETALI DI ARISTA AFFUMICATA

## DOMENICA PRANZO

### VERDURE FREDE

POMODORI  
CETRIOLI  
MAIS  
LATTUGA  
RUCOLA  
RADICCHIO  
OLIVE NERE E VERDI  
CAPRESE  
CAROTE JULIENNE  
FINOCCHI AL VAPORE  
INSALATA DI PASTA CRUDA IOLA  
VERZA MISTA

#### VERDURE CALDE

ZUCCHINE GRIGLIATE  
ZUCCHINE ALL'ACETO BALSAMICO  
ROTOLO DI ZUCCHINE  
MELANZANE TRIFOLATE  
TOCCHETTI DI MELANZANE CON  
FORMAGGIO  
PATATE AL FORNO  
PATATE AL VAPORE PREZZEMOLATE  
SFORNATO DI PATATE

#### ANTIPASTINI

INSALATA DI MARE  
COZZE GRATINATE  
VELI DI SALMONE AFFUMICATO SU  
CROSTINI  
BRUSCHETTE DI ALICI

## DOMENICA CENA

### VERDURE FREDE

POMODORI  
CETRIOLI  
MAIS  
LATTUGA  
RUCOLA  
RADICCHIO  
OLIVE NERE E VERDI  
CAPRESINA  
CAROTE JULIENNE

#### VERDURE CALDE

CAROTE AL VAPORE  
CAROTINE BABY  
PEPERONI ARROSTO  
PEPERONI AL FORNO  
CAPONATA MISTA  
CAPONATA DI MELANZANE, ZUCCHINE E  
FUNGHI  
POMODORI AL GRATIN  
POMODORI RIPIENI

#### ANTIPASTINI

FRITTELLINE  
PANZEROTTI  
PICCOLI SFORNATI

#### AFFETTATI

FIAMMIFERI DI PROSCIUTTO COTTO  
FORMAGGIO MORBIDO  
BACON  
MORTADELLA

SABATO CENA SERATA ABRUZZESE - PREVISTO SOLO BUFFET DEL PANE