

SOHO

restaurant & lounge bar



menu Non Solo Pesce

I RITROVAMENTI FOSSILI HANNO PERMESSO DI CAPIRE CHE GLI UOMINI CONSUMANO **CARNE** DA MOLTO MOLTO TEMPO. LA CARNE CONTIENE UNA GRANDE VARIETÀ DI ELEMENTI NUTRITIVI, COME PROTEINE DI ALTA QUALITÀ, VITAMINA D E DEL GRUPPO B, IN PARTICOLARE LA B12, FERRO, ZINCO E SELENIO.

LA **FRUTTA** E LA **VERDURA** SONO CIBI LEGGERI, GUSTOSI, RICCHI DI ACQUA E NUTRIENTI, CHE SONO IN GRADO DI SAZIARE CON POCHE CALORIE.

IL RUOLO PRIMARIO DEI **CARBOIDRATI**, INVECE, È QUELLO DI FORNIRE ENERGIA ALL'ORGANISMO. PER ESSERE SANA, EQUILIBRATA E BILANCIATA, L'ALIMENTAZIONE DEVE ESSERE **VARIA**, AFFINCHÉ L'ORGANISMO POSSA ASSUMERE NELLE GIUSTE QUANTITÀ TUTTI I NUTRIENTI DI CUI HA BISOGNO.

MENU

Insalata GRECA

(insalata, cetrioli, pomodoro, peperoni, olive, cipolla, formaggio feta).

Tortelli di ZUCCA Mantovana fatti in casa con burro & salvia.

Petto d'ANATRA su spinaci saltati in salsa di barolo e frutti di bosco.

Selezione di DESSERT alla Carta.

• 35 € PER PERSONA •

escluso bevande

.la cucina è un'arte e tutta l'arte necessita di pazienza.