

MENU



**LA BOX SI COMPONE DI UN PIATTO PRINCIPALE
(DALLA CUCINA, POKE, SCHIACCiate, PIZZA)
+ EXTRA - DESSERT O CONTORNI- (OPZIONALE)
+ BIBITA (OPZIONALE)**

SEGANALA SEMPRE LE TUE ALLERGIE NELLE NOTE

PIATTI PRINCIPALI

PIATTI DALLA CUCINA (PANE GIA' INCLUSO)

PRIMI PIATTI CLASSICI :

* POSSIBILITÀ DI PASTA SENZA GLUTINE

- PASTA AL POMODORO (GLUTINE, SEDANO)
- PASTA AL PESTO (GLUTINE, LATTOSIO, FRUTTA A GUSCIO)
- PASTA AL RAGU (GLUTINE, SEDANO)
- PASTA ALL'OLIO (GLUTINE)
- PASTA AL BURRO (GLUTINE, LATTOSIO)
- RISO ALL'OLIO
- RISO AL POMODORO (SEDANO)

PIATTI PRINCIPALI

PIATTI DALLA CUCINA SETTIMANA DAL 5/10 AL 9/10

(PANE GIA' INCLUSO)

* POSSIBILITÀ DI PASTA SENZA GLUTINE

PIATTI DI TERRA :

- ARROSTO DI MAIALE CON PATATE MACHÉ (INGREDIENTI: MAIALE, AGLIO, CIPOLLA, ERBE AROMATICHE, SALE, OLIO, PATATE - ALLERGENI : NESSUNO)

PIATTI DI MARE:

- MOSCARDINI ALLA LIVORNESE SU CROSTONE DI PANE (INGREDIENTI: MOSCARDINI, POMODORO, AGLIO, CIPOLLA, SEDANO, SALE, OLIO, ERBE AROMATICHE, PANE ALLERGENI: GLUTINE, MOLLUSCHI, SEDANO)
- RISOTTO ALLE BIETOLE E SEPPIE (INGREDIENTI: RISO, BIETOLE, SEPPIE, SALE, OLIO, BURRO, AGLIO, CIPOLLA ALLERGENI: MOLLUSCHI, SOLFITI, LATTOSIO)

PIATTI VEGETARIANI :

- PASTA E FAGIOLI (INGREDIENTI : PASTA, FAGIOLI, CIPOLLA, AGLIO, SEDANO, CAROTE, ERBE AROMATICHE, PARMIGIANO -ALLERGENI : GLUTINE, LATTE E DERIVATI, ARACHIDI)
- BURGER DI CECI E QUINOA CON CAVOLO VIOLA MARINATO- VEGANO - (INGREDIENTI: CECI, QUINOA, SALE, OLIO, CAVOLO VIOLA - ALLERGENI : NESSUNO)

PIATTI PRINCIPALI

PIATTI DALLA CUCINA SETTIMANA DAL 12/10 AL 16/10

(PANE GIA' INCLUSO)

*** POSSIBILITÀ DI PASTA SENZA GLUTINE**

PIATTI DI TERRA :

- RISO BIRYANI (INGREDIENTI: RISO, MAIALE, SPEZIE, VERDURE, SALE., OLIO - ALLERGENI : SESAMO, SEDANO, FRUTTA A GUSCIO, SOIA)
- POLLO AL FORNO CON VERDURE E PATATE ARROSTO (INGREDIENTI: POLLO, VERDURE, PATATE, SALE, OLIO, AGLIO)

PIATTI DI MARE:

- FUSILLI PORRI E MERLUZZO (INGREDIENTI: PASTA, MERLUZZO, PORRI, AGLIO, SALE E OLIO ALLERGENI: PESCE, SOLFITI)

PIATTI VEGETARIANI :

- RISOTTO DI ZUCCA GIALLA E TALEGGIO (FRUTTA A GUSCIO, LATTOSIO)
- BURGER DI CECI E QUINOA CON CAVOLO VIOLA MARINATO- VEGANO - (INGREDIENTI: CECI, QUINOA, SALE, OLIO, CAVOLO VIOLA - ALLERGENI : NESSUNO)

PIATTI PRINCIPALI

PIATTI DALLA CUCINA SETTIMANA DAL 19/10 AL 23/10

(PANE GIA' INCLUSO)

*** POSSIBILITÀ DI PASTA SENZA GLUTINE**

PIATTI DI TERRA :

- FUSILLI SULLA VERZA E SALSICCIA DI SCARPACCIA (INGREDIENTI: PASTA, VERZA, SALSICCIA, SALE, OLIO, AGLIO, CIPOLLA, ERBE AROMATICHE - ALLERGENI: GLUTINE, SOLFITI)
- STRACCETTI DI MAIALE ALL'ORIENTALE CON BROCCOLI (INGREDIENTI: MAIALE, BROCCOLI, SALE, OLIO, CUMINO, CURCUMA E ZENZERO)

PIATTI DI MARE:

- GUAZZETTO DI MARE SUL RISO AL SALTO (INGREDIENTI: RISO, GUAZZETTO DI PESCE, SALE E OLIO - ALLERGENI: PESCE, CROSTACEI, SOLFITI)

PIATTI VEGETARIANI :

- GNOCCHI ALLA ROMANA GRATINATI (INGREDIENTI: GNOCCHI, POMODORO, MOZZARELLA, PARMIGIANO, PANGRATTATO, AROMI, SALE E OLIO - ALLERGENI: GLUTINE, LATTOSIO, SEDANO)
- VELLUTATA DI ZUCCA GIALLA E PATATE CON NOCCIOLE TOSTATE E ROSMARINO (FRUTTA A GUSCIO)

PIATTI PRINCIPALI

PIATTI DALLA CUCINA SETTIMANA DAL 26/10 AL 30/10

(PANE GIA' INCLUSO)

*** POSSIBILITÀ DI PASTA SENZA GLUTINE**

PIATTI DI TERRA :

-

PIATTI DI MARE:

-

PIATTI VEGETARIANI :

-

PIATTI PRINCIPALI

SCHIACCIATINE CLASSICHE

***CHIEDI LA VERSIONE SENZA GLUTINE**

- **SCHIACCIATINA CON PROSCIUTTO COTTO** (GLUTINE)
- **SCHIACCIATINA COTTO E FONTINA** (GLUTINE, LATTOSIO)
- **SCHIACCIATINA CON MORTADELLA** (FRUTTA A GUSCIO, GLUTINE)
- **SCHIACCIATINA PROSCIUTTO CRUDO** (GLUTINE)
- **SCHIACCIATINA PROSCIUTTO CRUDO, RUCOLA, MOZZARELLA** (GLUTINE, LATTOSIO)
- **SCHIACCIATINA POMODORO E MOZZARELLA** (GLUTINE, LATTOSIO)
- **SCHIACCIATINA GRIGLIATELLA (MELANZANE, RADICCHIO, ZUCCHINE, PROVOLA)** (GLUTINE, LATTOSIO)
- **SCHIACCIATINA MORTADELLA E BURRATA** (GLUTINE, LATTOSIO)
- **SCHIACCIATA CANTABRICA:** SCHIACCIATINA CON ACCIUGHE, STRACCIATELLA E OLIO PREZZEMOLATO (GLUTINE, LATTOSIO, PESCE)

PIATTI PRINCIPALI

POKE E INSALATE

PERSONALIZZA LA BASE CON RISO BIANCO, INSALATA, RISO VENERE (+1€)

***CHIEDI LA VERSIONE SENZA GLUTINE**

- **POKE CAESAR:** CON POLLO, CROSTINI DI PANE, POMODORINO CONFIT, MANDORLE, SCAGLIE DI GRANA E SALSA CAESAR (FRUTTA A GUSCIO, UOVA, SENAPE, LATTOSIO, GLUTINE, PESCE)
- **POKE LADY:** CON CECI TOSTATI PICCANTI, CAVOLO CAPPuccio VIOLA, EDAMAME, CILIEGINI CONFIT, SALSA ALLA RAPA ROSSA CRUMBLE DI OLIVE E CROSTINI DI PANE (SOIA, GLUTINE, SOLFITI)
- **POKE SALMONE:** CON SALMONE, PHILADELPHIA AI TRE PEPI, GUACAMOLE, EDAMAME, WAKAME E SALSA DI SOIA (PESCE, SOIA, GLUTINE, LATTOSIO, SESAMO)
- **POKÉ TONNO :** TARTARE DI TONNO ROSSO, ALGA WAKAME, CIPOLLA CROCCANTE, PHILADELPHIA, SALSA DI SOIA (GLUTINE, PESCE, SESAMO, ARACHIDI, SOIA)
- **POKÉ GAMBERI:** GAMBERI AL VAPORE, ZUCCHINE ALLA GRIGLIA IN SCAPECE, CILIEGINI CONFIT, HUMMUS DI CECI, MELA AL LIME, SEMI DI PAPAVERO E SALSA DI SOIA (CROSTACEI, SOIA, GLUTINE, FRUTTA A GUSCIO)
- **POKE' MANZO:** TARTARE DI MANZO, POMODORI SECCHI, CUBETTI DI PANE, RICOTTA DI PECORA E MAIONESE ALLA SENAPE (GLUTINE, LATTOSIO, SENAPE, UOVA, FRUTTA A GUSCIO)

PIATTI PRINCIPALI

PIZZA

Margherita

pomodoro, fior di latte, basilico

Romana

pomodoro, fior di latte, origano, capperi e acciughe

Calabrese

pomodoro, fior di latte, cipolle, olive, salamino piccante, origano

Prosciutto e Funghi

pomodoro, fior di latte, prosciutto cotto, funghi Champignon

Schiaccino Mediterraneo

ciliegi, mozzarella di bufala, rucola, prosciutto crudo

Quattro Formaggi

pomodoro, fior di latte, provola, gorgonzola, parmigiano

Selva

pomodoro, provola affumicata, salsiccia, funghi Champignon, origano

Calzone Normale

pomodoro, fior di latte, prosciutto, parmigiano

Calzone Lunatico

pomodoro, fior di latte, funghi, prosciutto, carciofi, parmigiano

EXTRA

DESSERTS

- **CHEESECAKE AI FRUTTI DI BOSCO O CIOCCOLATO** (GLUTINE, FRUTTA A GUSCIO, ARACHIDI, LATTOSIO, UOVA)
- **CANTUCCI DI PRATO** (GLUTINE, UOVA, LATTOSIO, FRUTTA A GUSCIO)
- **YOGURT AL CIOCCOLATO** (LATTOSIO)
- **YOGURT MIELE** (LATTOSIO)
- **YOGURT AI FRUTTI DI BOSCO** (LATTOSIO)
- **ANANAS**
- **MACEDONIA**
- **YOGURT BIANCO** (LATTOSIO)

CONTORNI

- **PATATE FRITTE** (ARACHIDI GLUTINE)
- **PATATE ARROSTO**
- **PATATE LESSE**
- **BROCCOLI**
- **CAROTE LESSE**
- **ZUCCHINE LESSE**
- **SPINACI COTTI**
- **CECI**
- **INSALATA**
- **FAGIOLINI**
- **CAVOLO VIOLA MARINATO**
- **POLPETTE MELANZANE E PROVOLA** (LATTOSIO, GLUTINE, ARACHIDI)
- **MOZZARELLINE FRITTE** (LATTOSIO, GLUTINE, ARACHIDI)
- **MOZZARELLINE IN CARROZZA** (GLUTINE LATTOSIO, UOVA, ARACHIDI)


DEGÙ

PIATTI PRINCIPALI

PIATTO componibile

SI COMPONE CON UNA PROTEINA, UNA BASE E UNA VERDURA A SCELTA TRA I SEGUENTI INGREDIENTI
TUTTI I PIATTI INCLUDONO UNA PORZIONE DI PANE.
ANCHE SENZA GLUTINE SU RICHIESTA *

PROTEINE	BASE	VERDURE
Pollo	Riso bianco	Insalata
Tonno sott'olio (+ 1€)	Insalata	Cavolo viola marinato
Salmone (+1€)	Patate lesse	Ceci
Uovo strapazzato	Riso Venere (+1€)	Carote lesse
Ceci		Fagiolini
Mozzarella		Spinaci cotti
Prosciutto cotto		Zucchine lesse
Pesce spada (+ 1€)	-	Broccoli

BEVERAGE

- ACQUA NATURALE 0.5L
- ACQUA GASSATA 0.50L
- ACQUA NATURALE 1L
- ACQUA GASSATA 1L
- FANTA
- SPRITE
- COCA COLA
- COCA COLA ZERO



www.degufoodlab.com
info@degufoodlab.com
+39 3494642902



MENU



**THE BOX CONSISTS OF A MAIN DISH (FROM THE KITCHEN, POKE,
SCHIACCiate, PIZZA) + EXTRA - DESSERT OR SIDE DISHES -
(OPTIONAL) + DRINK (OPTIONAL)
ALWAYS REPORT YOUR ALLERGIES IN THE NOTES**

MAIN DISHES

DISHES FROM THE KITCHEN **(BREAD ALREADY INCLUDED)**

CLASSIC FIRST COURSES:

*** GLUTEN-FREE PASTA AVAILABLE**

- PASTA WITH TOMATO SAUCE (GLUTEN, CELERY)
- PESTO PASTA (GLUTEN, LACTOSE, NUTS)
- PASTA WITH RAGU (GLUTEN, CELERY)
- PASTA WITH OIL (GLUTEN)
- BUTTER PASTA (GLUTEN, LACTOSE)
- RICE WITH OIL
- RICE WITH TOMATO (CELERY)

MAIN DISHES

DISHES FROM THE KITCHEN OF THE WEEK FROM 5/10 TO 9/10

(BREAD ALREADY INCLUDED) * GLUTEN-FREE PASTA AVAILABLE

EARTH DISHES:

- ROAST PORK WITH MASHED POTATOES (INGREDIENTS: PORK, GARLIC, ONION, HERBS, SALT, OIL, POTATOES – ALLERGENS: NONE)

SEAFOOD DISHES:

- LIVORNO-STYLE BABY OCTOPUS ON TOASTED BREAD (INGREDIENTS: BABY OCTOPUS, TOMATO, GARLIC, ONION, CELERY, SALT, OIL, HERBS, BREAD; ALLERGENS: GLUTEN, MOLLUSCS, CELERY)
- RISOTTO WITH SWISS CHARD AND CUTTLEFISH (INGREDIENTS: RICE, SWISS CHARD, CUTTLEFISH, SALT, OIL, BUTTER, GARLIC, ONION; ALLERGENS: MOLLUSCS, SULPHITES, LACTOSE)

VEGETARIAN DISHES:

- PASTA AND BEANS (INGREDIENTS: PASTA, BEANS, ONION, GARLIC, CELERY, CARROTS, HERBS, PARMESAN – ALLERGENS: GLUTEN, MILK AND DAIRY PRODUCTS, PEANUTS)
- CHICKPEA AND QUINOA BURGER WITH MARINATED PURPLE CABBAGE – VEGAN – (INGREDIENTS: CHICKPEAS, QUINOA, SALT, OIL, PURPLE CABBAGE – ALLERGENS: NONE)

MAIN DISHES

DISHES FROM THE KITCHEN OF THE WEEK FROM 12/10 TO 16/10

(BREAD ALREADY INCLUDED) * GLUTEN-FREE PASTA AVAILABLE

EARTH DISHES:

- BIRYANI RICE (INGREDIENTS: RICE, PORK, SPICES, VEGETABLES, SALT, OIL - ALLERGENS: SESAME, CELERY, NUTS, SOY)
- OVEN-BAKED CHICKEN WITH VEGETABLES AND ROAST POTATOES (INGREDIENTS: CHICKEN, VEGETABLES, POTATOES, SALT, OIL, GARLIC)

SEAFOOD DISHES:

- LEEK AND COD PASTA

VEGETARIAN DISHES:

- YELLOW PUMPKIN AND TALEGGIO CHEESE RISOTTO (NUTS, LACTOSE)
- CHICKPEA AND QUINOA BURGER WITH MARINATED PURPLE CABBAGE - VEGAN - (INGREDIENTS: CHICKPEAS, QUINOA, SALT, OIL, PURPLE CABBAGE - ALLERGENS: NONE)

MAIN DISHES

DISHES FROM THE KITCHEN OF THE WEEK FROM 19/10 TO 23/10

(BREAD ALREADY INCLUDED) * GLUTEN-FREE PASTA AVAILABLE

EARTH DISHES:

- FUSILLI WITH CABBAGE AND SCARPACCIA SAUSAGE (INGREDIENTS: PASTA, CABBAGE, SAUSAGE, SALT, OIL, GARLIC, ONION, AROMATIC HERBS – ALLERGENS: GLUTEN, SULPHITES)
- ORIENTAL PORK STRIPS WITH BROCCOLI (INGREDIENTS: PORK, BROCCOLI, SALT, OIL, CUMIN, TURMERIC AND GINGER)

SEAFOOD DISHES:

- SEAFOOD STEW ON SAUTÉED RICE (INGREDIENTS: RICE, FISH STEW, SALT AND OIL – ALLERGENS: FISH, SHELLFISH, SULPHITES)

VEGETARIAN DISHES:

- GRATINATED ROMAN-STYLE GNOCCHI (INGREDIENTS: GNOCCHI, TOMATO, MOZZARELLA, PARMESAN, BREADCRUMBS, HERBS, SALT, AND OIL – ALLERGENS: GLUTEN, LACTOSE, CELERY)
- CREAMED YELLOW PUMPKIN AND POTATO SOUP WITH TOASTED HAZELNUTS AND ROSEMARY (NUTS)

MAIN DISHES

**DISHES FROM THE KITCHEN OF THE WEEK FROM 26/10 TO
30/10**

(BREAD ALREADY INCLUDED) * GLUTEN-FREE PASTA AVAILABLE

EARTH DISHES:

SEAFOOD DISHES:

VEGETARIAN DISHES:

MAIN DISHES

CLASSIC FLATBREADS

***ASK FOR THE GLUTEN-FREE VERSION**

- HAM SCHIACCIATINA (GLUTEN FREE)
- HAM AND FONTINA CHEESE (GLUTEN, LACTOSE)
- SCHIACCIATINA WITH MORTADELLA (NUTS, GLUTEN)
- SCHIACCIATINA WITH PROSCIUTTO (GLUTEN)
- SCHIACCIATINA PROSCIUTTO, ARUGULA, MOZZARELLA (GLUTEN, LACTOSE)
- SCHIACCIATINA WITH TOMATO AND MOZZARELLA (GLUTEN, LACTOSE)
- GRIGLIATELLA (AUBERGINES, RADICCHIO, COURGETTES, PROVOLA)
(GLUTEN, LACTOSE)
- SCHIACCIATINA MORTADELLA AND BURRATA (GLUTEN, LACTOSE)
- CANTABRIAN FLAT: FLAT WITH ANCHOVIES, STRACCIATELLA CHEESE, AND
PARSLEY OIL (GLUTEN, LACTOSE, FISH)

MAIN DISHES

POKE OR SALAD

CUSTOMIZE THE BASE WITH WHITE RICE, SALAD, VENUS RICE (+€1)

***ASK FOR THE GLUTEN-FREE VERSION**

-
- **POKE CAESAR: WITH CHICKEN, CROUTONS, CONFIT TOMATOES, ALMONDS, PARMESAN SHAVINGS, AND CAESAR DRESSING (NUTS, EGGS, MUSTARD, LACTOSE, GLUTEN, FISH)**
- **POKE LADY: WITH SPICY ROASTED CHICKPEAS, PURPLE CABBAGE, EDAMAME, CONFIT CHERRY TOMATOES, RED TURNIP SAUCE, OLIVE CRUMBLE, AND CROUTONS (SOY, GLUTEN, SULFITES)**
- **SALMON POKE: WITH SALMON, THREE-PEPPER PHILADELPHIA, GUACAMOLE, EDAMAME, WAKAME, AND SOY SAUCE (FISH, SOY, GLUTEN, LACTOSE, SESAME)**
- **POKÉ TUNA: RED TUNA TARTARE, WAKAME SEAWEED, CRISPY ONION, PHILADELPHIA, SOY SAUCE (GLUTEN, FISH, SESAME, PEANUTS, SOY)**
- **SHRIMP POKE: STEAMED SHRIMP, GRILLED ZUCCHINI IN SCAPECE, CONFIT CHERRY TOMATOES, CHICKPEA HUMMUS, LIME APPLE, POPPY SEEDS, AND SOY SAUCE (SHELLFISH, SOY, GLUTEN, TREE NUTS)**
- **BEEF POKE: BEEF TARTARE, DRIED TOMATOES, BREAD CUBES, SHEEP'S RICOTTA AND MUSTARD MAYONNAISE (GLUTEN, LACTOSE, MUSTARD, EGGS, NUTS)**

MAIN DISHES

PIZZA

Margherita

tomato, mozzarella, basil

Roman

tomato, mozzarella, oregano, capers and anchovies

Calabrese

tomato, mozzarella, onions, olives, spicy salami, oregano

Ham and Mushrooms

tomato, mozzarella, cooked ham, mushrooms

Mediterranean Schiaccino

cherry tomatoes, buffalo mozzarella, arugula, raw ham

Four Cheeses

tomato, mozzarella, provola, gorgonzola, parmesan

Selva

tomato, smoked provola cheese, sausage, mushrooms, oregano

Normal Calzone

tomato, mozzarella, ham, parmesan

Lunatic Calzone

tomato, mozzarella, mushrooms, ham, artichokes, parmesan



EXTRA

DESSERTS

- **BERRY OR CHOCOLATE CHEESECAKE (GLUTEN, TREE NUTS, PEANUTS, LACTOSE, EGGS)**
- **CANTUCCI DI PRATO (GLUTEN, EGGS, LACTOSE, NUTS)**
- **CHOCOLATE YOGURT (LACTOSE)**
- **HONEY YOGURT (LACTOSE)**
- **BERRY YOGURT (LACTOSE)**
- **PINEAPPLE**
- **MACEDONIA**
- **PLAIN YOGURT (LACTOSE)**



SIDE DISHES

- 
- 
- **FRENCH FRIES (PEANUT GLUTEN)**
 - **ROAST POTATOES**
 - **BOILED POTATOES**
 - **BROCCOLI**
 - **BOILED CARROTS**
 - **BOILED COURGETTES**
 - **COOKED SPINACH**
 - **THIS**
 - **SALAD**
 - **GREEN BEANS**
 - **MARINATED PURPLE CABBAGE**
 - **EGGPLANT AND PROVOLA MEATBALLS (LACTOSE, GLUTEN, PEANUTS)**
 - **FRIED MOZZARELLA BALLS (LACTOSE, GLUTEN, PEANUTS)**
 - **MOZZARELLA IN CARROZZA (GLUTEN, LACTOSE, EGGS, PEANUTS)**




DEGÙ

MAIN DISHES

MODULAR PLATE

IT IS MADE UP OF A PROTEIN, A BASE AND A VEGETABLE OF YOUR CHOICE FROM THE FOLLOWING INGREDIENTS.
ALL DISHES INCLUDE A PORTION OF BREAD.
ALSO GLUTEN-FREE UPON REQUEST*

PROTEINS	BASE	VEGETABLES
Chicken	White rice	Salad
Tuna in oil (+1€)	Salad	Marinated purple cabbage
Salmon (+1€)	Boiled potatoes	This
Scrambled egg	Venere rice (+1€)	Boiled carrots
This		Green beans
Mozzarella		Cooked spinach
Cooked ham		Boiled courgettes
Swordfish (+1€)	-	Broccoli

BEVERAGE

- **NATURAL WATER 0.5L**
- **SPARKLING WATER 0.50L**
- **1L NATURAL WATER**
- **1L SPARKLING WATER**
- **FANTA**
- **SPRITE**
- **COCA-COLA**
- **COCA-COLA ZERO**



www.degufoodlab.com
info@degufoodlab.com
+39 3494642902



