

## Informazioni ristorante

### Orari apertura

Lunedì-Venerdì 11:00 - 15:00 e 19:00 - 23:00

Sabato-  
Domenica 11:00 -  
15:00  
e  
18:00 -  
23:00

### Informazioni menù

Le pietanze e prezzi indicati sono aggiornati al 03/06/2023, potrebbero subire modifiche o variazioni. Per il menu aggiornato, i prezzi attuali e l'elenco degli ingredienti vai alla pagina: <https://bologna.mymenu.it/ristoranti/sano-bologna>

## Piatti del Mese

### Bocconcini di Pollo con Prosciutto e Piselli - 357 kcal

€ 13,90

Totale calorie 357 kcal; totale proteine 42.3 gr

### Wrap di Tonno - 480 kcal

€ 12,90

Wrap - piadina arrotolata, straccetti di tonno pinna gialla cotto al vapore, avocado, philadelphia, misticanza, pomodorini - Totale calorie 479.9 kcal

## Menù

### Menù Healthy

€ 13,80

Scegli il tuo piatto sano preferito, un frutto o un dolce e una bevanda

### Menù Protein

€ 13,80

Scegli il tuo piatto proteico preferito, un frutto o un dolce e una bevanda

## Crea il tuo Piatto

### Crea il tuo Piatto Healthy

€ 1,00

### Crea il tuo Piatto Super Proteico

€ 1,00

## Healthy Food, Healthy Life

<b>Poke Philadelphia Edition - 555 kcal</b>	€ 12,90
Poke - riso bianco cotto al vapore, salmone norvegese crudo, philadelphia, avocado, edamame, carote, mais, semi di sesamo dorati, salsa yogurt	
<b>Poke Vegetariano - 549 kcal</b>	€ 9,90
Poke - riso integrale cotto al vapore, tofu, ceci, carote, cetrioli, mais, mandorle, crema di hummus, arancia slice	
<b>Bresaola Bowl - 457 kcal</b>	€ 12,90
Bowl - riso bianco cotto al vapore, pomodorini datterini, bresaola della Valtellina mozzarella di bufala DOP, basilico e olio extra vergine di oliva	
<b>Tuna Bowl - 448 kcal</b>	€ 12,90
Farro cotto al vapore, straccetti di tonno pinna gialla cotto al vapore, feta greca, edamame, carote, avocado, basilico	
<b>Tagliata Healthy - 330 kcal</b>	€ 10,90
Tagliata di pollo, rucola fresca, pomodorini datterini, scaglie di parmigiano reggiano DOP	
<b>Greek Salad - 169 kcal</b>	€ 9,90
Misticanza, pomodorini datterini, cipolla rossa, cetrioli, olive, feta greca	
<b>Summer Salad - 219 kcal</b>	€ 12,90
Iceberg, arancia slice, tagliata di pollo grigliato, finocchi, pomodorini datterini, scaglie di parmigiano reggiano DOP	
<b>Wrap di Tonno - 480 kcal</b>	€ 12,90
Piadina arrotolata, straccetti di tonno pinna gialla cotto al vapore, avocado, philadelphia, misticanza, pomodorini	
<b>The Vegetarian Butcher Edition</b>	€ 12,90
Non perdere l'edizione speciale di The Vegetarian Butcher! Scegli il piatto preferito	

## More Protein, More Energy

<b>Protein Bowl - 456 kcal</b>	€ 14,90
Bowl - farro, rucola, bresaola della Valtellina, edamame, 1 uovo sodo, scaglie di parmigiano reggiano DOP - totale proteine 39.58gr	
<b>Nicoise Salad - 256 kcal</b>	€ 9,90
Insalata - misticanza, straccetti di tonno pinna gialla cotto al vapore, 1 uovo sodo, fagiolin, patate lesse, cipolla rossa - totale proteine 20.56gr	
<b>Tagliata Protein - 313 kcal</b>	€ 10,90
Tagliata di pollo, misticanza, pomodorini datterini, 1 uovo sodo, edamame - totale proteine 44.92gr	

**Bocconcini di Pollo con Prosciutto e Piselli - 357 kcal** € 13,90  
Bocconcini di petto di pollo accompagnati da piselli e prosciutto crudo - totale proteine 42.3gr

**Carpaccio di Bresaola - 188 kcal** € 10,90  
Bresaola della Valtellina, rucola, scaglie di parmigiano reggiano - totale proteine 22.92gr

**Wrap di Bresaola - 459 kcal** € 12,90  
Wrap - piadina arrotolata, rucola, bresaola della Valtellina, mozzarella di bufala DOP - totale proteine 26.89gr

## Healthy Burritos

**Muscle Burrito** € 13,50  
Scegli l'Healthy Burrito di Carne per una carica in più. Enjoy!

**Mind Burrito** € 13,50  
Scegli l'Healthy Burrito di Pesce, ottimo ingrediente per corpo e mente

**Green Burrito** € 13,50  
Scegli l'Healthy Burrito Vegetariano per una forza in più. Enjoy!

## Frutta

**Mela** € 2,00  
75 kcal

**Banana** € 2,00  
89 kcal

**Arancia** € 2,00  
45 kcal

**Macedonia** € 6,00  
Mela, banana e arancia - 209 kcal

## Bevande

**Acqua Lilia Frizzante 50cl** € 1,90

**Acqua Lilia Naturale 50cl** € 1,90

**Coca Cola Zero in Vetro 33cl** € 3,00

<b>Chinotto Lurisia 27.5cl</b>	€ 3,50
<b>Gazzosa Lurisia 27.5cl</b>	€ 3,50
<b>Succo all'Arancia 22cl</b>	€ 2,50
<b>Succo al Mirtillo 22cl</b>	€ 2,50