

## Insalate con pane di segale

Insalata con formaggio del pastore (insalata verde mista, formaggio del pastore sott'olio, pomodori ciliegini, olive)

CHF 8.50

Insalata orientale (insalata di cous cous con menta, uvetta e noci)

CHF 7.50

Insalata d'accompagnamento

CHF 4.–

Salsa a scelta: balsamico, francese, italiana o Pere-senape (vegan)

## Panini imbottiti

Silser

CHF 5.–

Pane di segale (vegano)

CHF 6.–

Semmel

CHF 6.–

Ciabatta

CHF 8.–

Pane Vital

CHF 8.–

## Toast

Prosciutto cotto e formaggio

CHF 6.–

## Zuppe

Zuppa di piselli e menta (calda o fredda)

CHF 7.50

Zuppa della settimana

CHF 7.50

## Pasta

Spaghetti, penne o pasta senza glutine con

– sugo al pomodoro (vegano) porz. piccola CHF 7.50 CHF 14.50

– Pesto di basilico porz. piccola CHF 7.50 CHF 14.50

– Ragù alla bolognese porz. piccola CHF 8.50 CHF 16.50

– Sugo della settimana porz. piccola CHF 8.50 CHF 16.50

## Piatti principali

Burger a base vegetale con patatine fritte CHF 19.50

Burger di manzo con patatine fritte porz. piccola CHF 11.50 CHF 19.50

Burger di manzo senza glutine con insalata di stagione CHF 22.50

+ Formaggio CHF 1.–

+ Pancetta CHF 1.–

Piatto Fitness: insalata mista e crudités con

– nuggets di pollo CHF 17.50

– bocconcini di pesce persico CHF 17.50

– falafel alle verdure CHF 17.50

Tasca di pane, insalata, hummus, citronette alle erbe aromatiche e crudités con

– pollo CHF 17.50

– falafel alle verdure (vegan) CHF 16.–

Dahl di lenticchie rosse con bietole e salsa di yogurt alle mandorle e menta con

– pollo CHF 19.50

– bocconcini di pesce persico CHF 19.50

– falafel alle verdure CHF 17.50

Orzotto di barbabietole con crema di mozzarella CHF 14.50

Nuggets a base vegetale

con patatine fritte porz. piccola CHF 10.– CHF 15.50

Chicken Nuggets con patatine fritte porz. piccola CHF 12.50 CHF 20.50

Bocconcini di pesce persico

con patatine fritte porz. piccola CHF 12.50 CHF 19.–

Porzione patatine fritte porz. piccola CHF 7.– CHF 9.–

Hot Dog CHF 7.50

1 Wienerli con patatine fritte CHF 8.–

2 Wienerli con pane CHF 6.–

2 Wienerli con patatine fritte CHF 10.–

Hummus con

– stick di verdure (vegani) CHF 7.50

– nachos (vegani) CHF 7.50

## Snack

Cornetti vari CHF 1.50

Cornetti ripieni CHF 2.50

Birchermüsli CHF 6.–

Macedonia di frutta CHF 6.–

Granola con yogurt e frutti di bosco CHF 7.–

## Dolci

Piccola pasticceria da CHF 2.50

Donut CHF 3.50

Torta del giorno da CHF 3.50

## Gelati

Gusti vari da CHF 2.50

## Bevande

### Caffé / Tè

Espresso	CHF	3.60
Caffé crème / Espresso doppio	CHF	4.–
Cappuccino / Latte macchiato / Caffelatte	CHF	5.–
Cioccolata / Ovomaltina	CHF	4.50
Punch frutti di bosca	CHF	4.50
Tè Glattfelder	CHF	4.50
Babycino	CHF	1.50
Latte caldo / freddo	CHF	4.–

### Bibite / Acque alla spina (solo nel bistro)

Coca-Cola, Fanta, Sprite, Fusetea, Valser	3 dl	CHF 3.– / 4 dl	CHF 4.–
Sciropo	bicchieri/caraffa	CHF 1.50/5.–	
Acqua della sorgente	bicchieri/caraffa	CHF 0.–	

### Bottiglie (PET)

Valser frizzante, Valser naturale	PET	5 dl	CHF 4.50
Coca-Cola, Coca-Cola zero, Fanta, Sprite, Shorley, Rivella Rossa	PET	5 dl	CHF 5.–
Focuswater e Bio Schorle in diversi gusti	PET	5 dl	CHF 5.50
Alpenkräuter Bio Eistee	PET	5 dl	CHF 5.50

### Birre

Calanda Edelbräu	5,2 %	33 cl	CHF 5.50
Calanda Radler	2 %	33 cl	CHF 5.50
Calanda 0.0% (senza alcool)		33 cl	CHF 5.50
Erdinger Weissbier	5,3 %	33 cl	CHF 6.–
Erdinger Weissbier (senza alcool)		33 cl	CHF 6.–

### Vini

<b>Rossi:</b> Falco Rosso, Toscana, Merlot / Sangiovese	1 dl	CHF 6.– / 7,5 dl	CHF 39.–
--	------	------------------	----------

<b>Bianchi:</b> Orvieto classico DOC Bigi, Umbria, 5 vitigni	1 dl	CHF 6.– / 7,5 dl	CHF 39.–
---	------	------------------	----------

<b>Frizzante:</b> Charme Delea Ticino	1 dl	CHF 7.– / 7,5 dl	CHF 45.–
---------------------------------------	------	------------------	----------

## OVAVERVA Apéro

Vino bianco spruzzato (dolce o secco)	CHF	7.–
Aperol Spritz (Aperol, prosecco, soda)	CHF	10.–
Long drink (con 4cl di liquore e filler)	CHF	14.–
Hibiscus Gin (gin con Tonica Hibiscus)	CHF	14.–
Sanbittèr Rosso (senza alcool)	1 dl	CHF 5.–
Crodino Bitter (senza alcool)	1 dl	CHF 5.–
Schweppes Tonica Hibiscus (senza alcool)	2 dl	CHF 6.–

## Dichiarazione

<b>Carne</b>	Carne bovina Tacchino Pollame (Chicken Nuggets) Carne di pollo	Svizzera, Austria Germania Svizzera Svizzera
--------------	---	---

<b>Insaccati e affettati</b>	Wienerli (suino) Salame (suino) Prosciutto cotto (suino) Prosciutto crudo (suino) Lyoner (suino) Coppa (suino) Pancetta (suino) «Fleischkäse» (maiale/manzo)	Svizzera Svizzera Svizzera Italia Svizzera Italia / Svizzera Svizzera Svizzera
------------------------------	---	---

<b>Pesce</b>	Bocconcini di pesce persico, pesce d'acqua dolce	EU
--------------	--	----

**Latticini e uova** Utilizziamo esclusivamente latticini e uova dalla Svizzera.

**Olio di palma** Non utilizziamo olio di palma.

**Allergeni** Per informazione circa la presenza di eventuali allergeni nei singoli alimenti rivolgetevi al nostro personale.

**Proposte per il pranzo** Sul menu della settimana esposto trovate la dichiarazione d'origine delle proposte per il pranzo.

## Italiano



BISTRO

OVAVERVA

Hallenbad • Spa • Sportzentrum

St. Moritz

05/2024